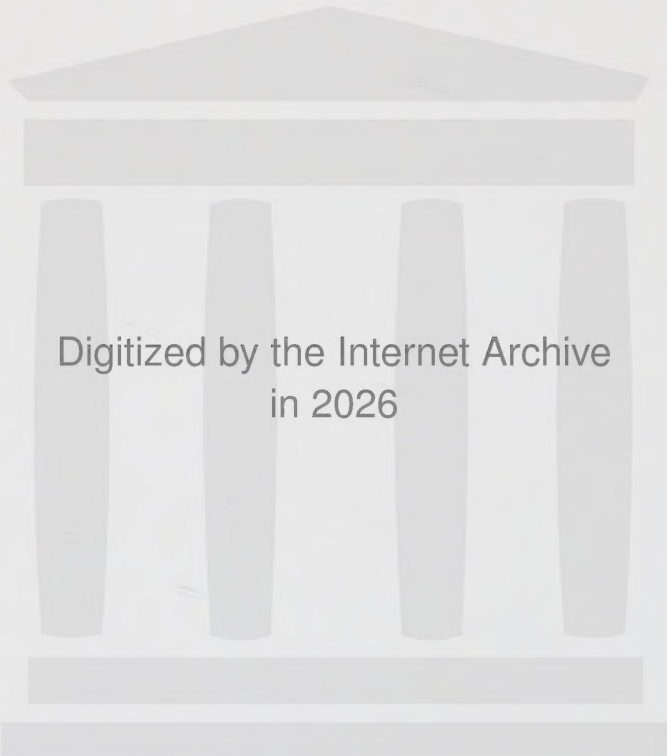


Ernst-Jürgen Borgart

Kognitive Teilprozesse sozialer Kompetenz

Eine empirische Untersuchung
über differentielle kognitive Prozesse
bei selbstsicheren
und selbstunsicheren Personen

1982



Digitized by the Internet Archive
in 2026

Psychologie

KOGNITIVE TEILPROZESSE SOZIALER KOMPETENZ

Eine empirische Untersuchung über differenzielle kognitive Prozesse bei selbstsicheren und selbstunsicheren Personen.

Inaugural-Dissertation
zur Erlangung des Doktorgrades
der
P h i l o s o p h i s c h e n F a k u l t ä t
der
Westfälischen Wilhelms-Universität
zu
Münster (Westf.)

vorgelegt von
Ernst-Jürgen Borgart
aus Dörentrup
1982



Tag der mündlichen Prüfung:.....15.7.1982.....

Dekan:.....Prof. Dr. M. E. Brockhoff.....

Referent:.....Prof. Dr. L. Kemmler.....

Korreferent:.....Prof. Dr. M. Reiss.....

An dieser Stelle möchte ich allen danken, die mich bei der Erstellung dieser Arbeit unterstützt haben.

In erster Linie gilt mein Dank meiner Betreuerin Frau Prof. Dr. Lilly Kemmler, die mich in allen Phasen der Arbeit durch ihre fachliche Beratung und ihre interessierte und motivierende Anteilnahme wohlwollend unterstützt hat.

Danken möchte ich allen Kollegen, die mir in Diskussionen und Gesprächen wertvolle Hinweise und Anregungen gaben. Mein besonderer Dank gilt Frau Dipl.-Psych. Eva Keßler, die mir bei der Gewinnung der Klienten geholfen hat und in zahlreichen Diskussionen ein wichtiger Gesprächspartner war.

Ferner gilt mein Dank den Kollegen, die sich für die "Experten"-Beurteilungen bei der Konstruktion der Meßinstrumente zur Verfügung stellten.

Allen studentischen Mitarbeitern danke ich für die Mithilfe bei der mühsamen Auswertung der zahlreichen Fragebogen, insbesondere Karin Alter und Jürgen Baumann für die Auswertung des MEPS-Verfahrens.

Für die Erstellung der Computerprogramme danke ich herzlich Frau Kallabis.

Schließlich möchte ich allen Probanden aufrichtig danken, die sich für die Teilnahme an dieser Untersuchung bereit erklärten und ohne deren Mitarbeit diese Arbeit nicht möglich gewesen wäre.

INHALTSVERZEICHNIS

	Seite
I. <u>EINLEITUNG</u>	1
1. Einführung in die Fragestellung der Arbeit	1
2. Zum Aufbau der Arbeit	5
II. <u>THEORETISCHE GRUNDLAGEN</u>	7
1. Aspekte eines Paradigmawechsels in der Psychologie	7
1.1. Unzulänglichkeit des behavioralen S-R Modells	7
1.2. Unzulänglichkeit der S-R Technologien	14
1.3. Auflösungstendenzen des behavioralen Paradigmas	17
1.3.1. Vermittlungsmodell des verdeckten Konditionierens	17
1.3.2. Das Konzept der Selbstkontrolle	19
1.4. Entwicklung kognitiv-psychologischer Modelle	21
1.5. Bereichsabgrenzung kognitiver Modelle	23
2. Das Konstrukt der Selbstsicherheit	26
2.1. Frühe Ansätze zur Begriffsbestimmung	30
2.2. Neuere Ansätze zur Begriffsbestimmung	35
2.3. Zusammenfassung	45
3. Theoretische Modelle zur Erklärung von Selbstunsicherheit	48
3.1. Angst-Hemmungs-Modell	48
3.2. Verhaltens-Defizit-Modell	54
3.3. Kognitives-(Hemmungs-)Modell	57
3.4. Weitere Erklärungsmodelle	61
3.5. Zusammenfassung	65

	Seite
4. Belege für das Verhaltens-Defizit-Modell	67
4.1. Empirische Untersuchungen zu spezifischen Verhaltenskomponenten der Selbstunsicherheit	69
4.2. Einschätzung der empirischen Untersuchungen unter dem Aspekt der Verhaltens-Defizit-Hypothese	75
5. Belege für das Kognitive-(Hemmungs-)Modell	84
5.1. Therapiestudien	84
5.2. Empirische Untersuchungen zu spezifischen kognitiven Prozessen der Selbstunsicherheit	88
6. Grundlagen eines kognitiven Modells der sozialen Kompetenz	99
6.1. Interaktionale Persönlichkeitsmodelle	101
6.2. Verhaltenstheoretische Selbstregulations-Modelle	105
6.3. Modell des kognitiven Lernens	109
6.4. Modell der sozialen Fertigkeiten	112
6.5. Handlungsmodelle	114
6.6. Beitrag der Ansätze zu einem kognitiven Modell sozialer Kompetenz	119
7. Kognitive Teilprozesse sozialer Kompetenz - Ableitung der Hypothesen	127
7.1. Selbstwahrnehmung	129
7.2. Standardsetzung	132
7.3. Mittel-Ziel-Denken	135
7.4. Konsequenz-Erwartungen	138
7.5. Selbstermutigungs-Instruktionen	140
7.6. Attribuierungen	143
7.7. Selbstverstärkung	146
III. <u>FRAGESTELLUNGEN DER ARBEIT</u>	149
1. Zusammenfassung der Hypothesen	149

	Seite
2. Zusätzliche Fragestellungen	150
2.1. Einfluß der Variablen Geschlecht, Alter und Schulbildung	151
2.2. Differentielle Zusammenhänge zwischen verschiedenen Bereichen der Selbstun- sicherheit und kognitiven Prozessen	151
IV. <u>DURCHFÜHRUNG DER UNTERSUCHUNG</u>	153
1. Untersuchungsplan und methodologische Einordnung	153
2. Die Probanden	155
2.1. Gewinnung der Probanden	155
2.2. Parameter der Gesamtstichprobe	157
3. Durchführung der Befragung	159
4. Bildung der Untersuchungsgruppen	161
4.1. Kriterien für Selbstunsicherheit und -sicherheit	161
4.1.1. Der Unsicherheits-Fragebogen	165
4.1.2. Der SAV-Fragebogen	168
4.1.3. Therapie-Teilnahme	169
4.2. Die Gruppe der Selbstunsicheren	169
4.3. Die Gruppe der Selbstsicheren	171
4.4. Kontrollierte Variablen	172
5. Meßinstrumente	174
5.1. Die Messung kognitiver Prozesse	174
5.2. Fragebogen zur intrapersonellen Kommunikation (IPK-S)	177
5.3. Fragebogen zur externen und internen Kontrolle (FEIK)	179
5.4. Verfahren zur Erfassung des Mittel-Ziel- Denkens (MEPS)	181
5.4.1. Item-Selektion	182
5.4.2. Auswertungs-Objektivität	183

	Seite
6.	Entwicklung und empirische Überprüfung eigener Meßinstrumente 188
6.1.	Selbstwahrnehmungs-Inventar (SeW) 188
6.1.1.	Fragebogen-Konstruktion 188
6.1.2.	Item-Analyse 190
6.1.2.1.	Schwierigkeitsindex 191
6.1.2.2.	Faktorenanalytische Überprüfung 192
6.1.2.2.1.	Generalfaktor 193
6.1.2.2.2.	Multiple Faktoren 193
6.1.2.3.	Trennschärfe 196
6.1.3.	Endform des SeW-Inventars 197
6.2.	Anspruchsniveau-Inventar (AN) 197
6.3.	Fremdwahrnehmungs-Inventar (FW) 200
6.4.	Fragebogen zur Erfassung von Konsequenz-Erwartungen (FKE) 202
6.4.1.	Fragebogen-Konstruktion 202
6.4.2.	Item-Analyse 204
6.4.2.1.	Schwierigkeitsindex 204
6.4.2.2.	Faktorenanalytische Überprüfung 205
6.4.2.3.	Trennschärfe 207
7.	Zur Datenauswertung 208
V.	<u>DARSTELLUNG DER ERGEBNISSE</u> 212
1.	Vergleich zwischen Selbstunsicheren und Selbstsicheren 212
1.1.	Hypothese 1: Selbstwahrnehmung 212
1.2.	Hypothese 2: Standardsetzung 218
1.3.	Hypothese 3: Mittel-Ziel-Denken 224
1.4.	Hypothese 4: Konsequenz-Erwartungen 227
1.5.	Hypothese 5: Selbstermutigungs-Instruktionen 229
1.6.	Hypothese 6: Attribuierungen 230
1.7.	Hypothese 7: Selbstverstärkung 233

	Seite
2. Überprüfung der zusätzlichen Fragestellungen	234
2.1. Einfluß der Variablen Geschlecht, Alter und Schulbildung	235
2.2. Differentielle Zusammenhänge zwischen verschiedenen Bereichen der Selbstunsicherheit und kognitiven Prozessen	242
2.3. Differentielle Zusammenhänge zwischen Teilbereichen der Selbstunsicherheit und kognitiven Prozessen bei selbstunsicheren Klienten	254
VI. <u>INTERPRETATION DER ERGEBNISSE</u>	264
1. Zusammenfassende Darstellung der Ergebnisse	264
2. Diskussion der Befunde	267
3. Gültigkeitsbereich der Ergebnisse	285
3.1. Störvariablen	286
3.2. Generalisierbarkeit	289
4. Theoretische Bedeutung der Ergebnisse	292
5. Implikationen für die Praxis	294
VII. <u>ZUSAMMENFASSUNG</u>	298
VIII. <u>LITERATURVERZEICHNIS</u>	301
IX. <u>ANHANG</u>	323

I. EINLEITUNG

1. Einführung in die Fragestellung der Arbeit

Innerhalb der Psychologie wird seit einiger Zeit die These eines Paradigmawechsels diskutiert. Der Kern dieser These besagt, daß sich in der gegenwärtigen Psychologie ein Wechsel vom bisher vorherrschenden behavioristischen Paradigma hin zu einem neuen, kognitiven Paradigma vollzieht. Die Ablösung behavioraler Lerntheorien zugunsten kognitiver Theorien zur Erklärung menschlichen Verhaltens zeigt sich in zahlreichen psychologischen Forschungsbereichen (s. GROEBEN & SCHEELE, 1977).

Auch in der Klinischen Psychologie, in der die Verhaltenstherapie als technologische Anwendung behavioristischer Verhaltenstheorien lange Zeit bestimmend war, läßt sich ein derartiger Wechsel beobachten. Die Weiterentwicklung der Verhaltenstherapie in Richtung einer kognitiven Verhaltensmodifikation brachte eine Fülle von psychotherapeutischen Techniken und Verfahren hervor, die auf eine Veränderung innerer, verdeckter Vorgänge (z.B. Gedanken, Selbstgespräche, Vorstellungen etc.) abzielen.

Die Grundannahme, die den meisten dieser Verfahren mehr oder weniger explizit zugrunde liegt, besagt, daß Verhaltensstörungen durch unangepaßte oder inadäquate innere Prozesse mitbedingt sind und durch Veränderung innerer Prozesse therapiert werden können (s. MAHONEY, 1977b).

Der zweite Teil der Annahme scheint durch eine Reihe von empirischen Untersuchungen, die die Effektivität sogenannter "kognitiver Techniken" bei unterschiedlichen Problembereichen belegen, bestätigt zu sein.

Wir sprechen von "scheinbar" bestätigt, da in vielen Untersuchungen nicht überprüft wird, ob die "kognitiven Techniken" auch wirklich zu einer Veränderung kognitiver Prozesse geführt haben. Denn oft fehlt eine diagnostische Erhebung der Kognitionen vor einer therapeutischen Intervention sowie eine nachfolgende Messung der "veränderten" Kognitionen.

Mit der Bestätigung des ersten Teils der Annahme sieht es noch schlechter aus. Hier liegen oft nur klinische Erfahrungen oder theoretische Modellvorstellungen vor, die unangemessene kognitive Prozesse als Bedingungen für Verhaltensprobleme postulieren. Hinzu kommt, daß häufig aus der scheinbaren Effektivität kognitiver Techniken der ungerechtfertigte Schluß gezogen wird, daß die Kognitionen, die einer Veränderung unterzogen worden sind, vor der Intervention die Verhaltensstörung bedingt haben.

Nur in geringem Umfang liegen empirische Untersuchungen vor, die sich näher mit der Funktion von Kognitionen für Verhaltensstörungen beschäftigen. Hier ist die Entwicklung auch erst so weit, daß auf korrelationsstatistischem Wege oder durch Gruppenvergleiche versucht wird, bestimmte Kognitionen oder Muster von kognitiven Prozessen bei Personen mit Verhaltensproblemen aufzuzeigen.

Derartige Untersuchungen können natürlich über den Aufweis von Variablenzusammenhängen nicht hinauskommen. Es fehlen weitgehend Untersuchungen, die die ursächliche oder bedingende Funktion von Kognitionen für Verhaltensstörungen direkt belegen. Zu denken wäre hier etwa an breit angelegte Längsschnitt-Untersuchungen oder experimentelle Versuchsanordnungen, die genaueren Aufschluß über "ursächliche" Zusammenhänge geben könnten.

Diese grob skizzierte Entwicklung innerhalb der klinisch-psychologischen Therapietheorien und der Therapiepraxis von behavioralen Erklärungsmodellen und Interventionsmethoden hin zu stärker kognitiven Modellen und Techniken läßt sich an einer Reihe von Verhaltensstörungen aufzeigen.

Ein Bereich, in dem sich dieser Wandlungsprozeß deutlich zeigt, stellt der Problembereich der Selbstunsicherheit oder mangelnder sozialer Kompetenz dar. Die Beschäftigung mit derartigen Verhaltensproblemen stand anfangs völlig im Zeichen verhaltenstherapeutischer Ansätze. In den theoretischen Erklärungsmodellen und in den therapeutischen Methoden wurde die Rolle von Verhaltensaspekten, Verhaltensdefiziten und konditionierten emotionalen Reaktionen betont. Selbstunsicherheitsprobleme wurden also vorrangig unter verhaltensmäßigen und emotionalen Gesichtspunkten betrachtet, während kognitiv/motivationale Problem-
aspekte weitgehend vernachlässigt wurden. Erst im Zuge der sogenannten "kognitiven Wende in der Verhaltenstherapie" wurden vermehrt kognitive Problem-
anteile im Zusammenhang mit Selbstunsicherheit thematisiert. Die Forschungen richteten sich darauf, Kognitionen zu identifizieren, die mögliche "ursächliche" Bedingungen für Selbstunsicherheitsprobleme darstellen können, sowie therapeutische Veränderungen über eine Modifizierung kognitiver Prozesse zu erreichen.

In unserer Arbeit soll versucht werden, diese Bemühungen, die noch am Anfang stehen und erste, unsystematische Ergebnisse erbracht haben, zu unterstützen und weiter voranzutreiben.

Unser Ziel besteht darin, in systematischer Weise relevante kognitive Prozesse zu identifizieren, die im Zusammenhang mit Selbstunsicherheit auftreten.

Als Haupt-Fragestellung unserer Arbeit wollen wir untersuchen, welche differentiellen kognitiven Prozesse sich bei selbstunsicheren und selbstsicheren Personen zeigen. Der Aufweis spezifischer kognitiver Muster bei Problemen sozialer Inkompetenz kann u.E. wichtige Hinweise auf bedingende oder aufrechterhaltende Faktoren liefern.

Der Schwerpunkt unserer Arbeit liegt demnach auf der diagnostischen Erfassung kognitiver Problemanteile, die wir als wesentliche Voraussetzung therapeutischer Veränderungsbemühungen betrachten.

Gerade diese diagnostische Phase fehlt häufig bei kognitiv-behavioralen Therapieansätzen für Selbstunsicherheitsprobleme. Oft existieren nur globale Vermutungen über bestimmte Kognitionen, die mit sozialer Inkompetenz zusammenhängen können, wie z.B. irrationale Ideen im Sinne von ELLIS (z.B. 1977a) oder dysfunktionale Wahrnehmungs-Kognitionen im Sinne von BECK (z.B. 1979). Es werden dann Interventionsschritte zur Veränderung der vermuteten Kognitionen unternommen und aus der nachfolgenden symptomzentrierten Erfolgskontrolle nicht überprüfte Schlußfolgerungen auf die Ursächlichkeit der Kognitionen und auf die Effektivität der kognitiven Therapietechniken gezogen.

Wir wollen dagegen versuchen, durch die Erfassung kognitiver Problemanteile von Selbstunsicherheit in begründeter Weise Ansatzpunkte für therapeutische Veränderungen aufzuzeigen.

Durch die Berücksichtigung kognitiver Problemanteile neben den verhaltensmäßigen und emotionalen Problem-aspekten, die bisher im Vordergrund standen, wird gleichzeitig eine problemorientierte Vorgehensweise im therapeutischen Prozeß unterstützt, für die die Kenntnis aller drei Aspekte notwendig ist.

2. Zum Aufbau der Arbeit

Am Anfang des Theorieteiles (Kapitel II.1.) wird zunächst kurz skizziert, wie sich in der Psychologie, speziell in der Klinischen Psychologie, ein allmählicher Wechsel von behavioralen Lerntheorien hin zu kognitiven Theorien und Erklärungsmodellen vollzieht. Nachdem so der größere Rahmen, in dem wir unsere Arbeit sehen, grob umrissen ist, wird anschließend auf den Problem-
bereich der Selbstunsicherheit oder mangelnder sozialer Kompetenz eingegangen.

Zunächst werden die verschiedenen Ansätze zur inhaltlichen Bestimmung des Konstruktes Selbstsicherheit (Kapitel II.2.) sowie die unterschiedlichen Erklärungsmodelle für Selbstunsicherheit (Kapitel II.3.) vorgestellt und diskutiert.

Im Anschluß daran werden die beiden vorherrschenden lerntheoretischen bzw. kognitiven Erklärungsmodelle eingehend daraufhin überprüft, wieweit sie durch empirische Belege unterstützt werden (Kapitel II.4. und II.5.).

Nach der Überprüfung und Abwägung beider Erklärungsmodelle werden in Kapitel II.6. verschiedene theoretische Modelle und Ansätze, die u.E. zur Entwicklung eines kognitiven Modells sozialer Kompetenz beitragen könnten, vorgestellt und kritisch bewertet.

Auf dem Hintergrund dieser, noch vorläufigen, Überlegungen zu einem integrativen kognitiven Modell sozialer Kompetenz werden dann verschiedene kognitive Prozesse abgeleitet und zusammengestellt, die unserer Auffassung nach für soziale Kompetenz relevant sein können (Kapitel II.7.). Dabei werden gleichzeitig die wesentlichen Hypothesen unserer Arbeit, die sich auf differentielle kognitive Prozesse bei selbstunsicheren und selbstsicheren Personen beziehen, abgeleitet.

Im Teil III. werden diese Hypothesen noch einmal zusammengefaßt und durch einige zusätzliche Fragestellungen erweitert.

Die Durchführung der Untersuchung einschließlich der Entwicklung eigener Meßinstrumente zur Erfassung kognitiver Prozesse werden im IV. Teil dargestellt.

Im Teil V. werden dann die Ergebnisse der Untersuchung, getrennt nach den einzelnen Fragestellungen, ausführlich beschrieben.

Im Anschluß daran erfolgt eine kritische Diskussion und Bewertung der Befunde (Teil VI.). Ferner wird der Gültigkeitsbereich der Ergebnisse diskutiert, bevor ihre theoretische Bedeutung sowie mögliche Schlußfolgerungen für die therapeutische Praxis bei Selbstunsicherheits-Problemen aufgezeigt werden.

II. THEORETISCHE GRUNDLAGEN

1. Aspekte eines Paradigmawechsels in der Psychologie

1.1. Unzulänglichkeit des behavioralen S-R Modells

Das behavioristische Paradigma läßt sich dadurch kennzeichnen, daß es von einer Wissenschaftskonzeption ausgeht, die an den Exaktheitsanforderungen der Naturwissenschaft orientiert ist. Diese Wissenschaftskonzeption läßt sich als methodischer Behaviorismus kennzeichnen, der nachfolgende Merkmale aufweist (s. MAHONEY, 1977a):

1. Determinismus, d.h. die Annahme von systematischen Beziehungen zwischen Ereignissen.
2. Betonung der Beobachtbarkeit von Ereignissen.
3. Operationalismus, d.h. Betonung von operationalen Definitionen der untersuchten Variablen.
4. Betonung der Falsifizierbarkeit von Hypothesen.
5. Betonung des kontrollierten Experimentierens.
6. Betonung der unabhängigen Replikation und Generalisierbarkeit von Forschungsergebnissen.

Die sich in diesen Eigenschaften abzeichnende Methodologie ist innerhalb des behavioristischen Forschungsparadigmas der Gegenstandsdefinition bzw. -erfassung vorgeordnet (GROEBEN & SCHEELE, 1977), d.h. die Methodologie bestimmt die Probleme. Als Gegenstand werden somit nur direkt beobachtbare Ereignisse von menschlichem Verhalten und der Umgebung zugelassen.

Das vom Behaviorismus entwickelte Reiz-Reaktions (S-R)-Modell menschlichen Verhaltens läßt sich als ein "nicht-vermittelndes Modell" (MAHONEY, 1977a) kennzeichnen, da es die Analyse des Verhaltens auf beobachtbare Einheiten des Inputs (Stimulation) und des Outputs (Reaktion) beschränkt und vermittelnde Prozesse innerhalb des Organismus außer acht läßt. Jegliche Variationen der Reaktion werden dabei auf entsprechende Stimulus-Inputs zurückgeführt. Folgerichtig bestimmt WESTMEYER (1973) als Ziel der Verhaltenstheorie die "...Erklärung und Prognose von bedingten Auftretenswahrscheinlichkeiten von Reaktionen" (S.81). Hier stellte sich schon immer die Frage, ob eine derartige Konzeption dem psychologischen Gegenstand angemessen ist bzw. praktikabel ist.

Das vom behavioralen Paradigma konzipierte Menschenbild läßt sich nach GROEBEN & SCHEELE (1977) so beschreiben, daß es den Menschen unter der Kontrolle der Umgebung sieht, und eine potentielle Autonomie durch "internale" Kenntnis und Kontrolle der Umgebung ausschließt. Das so entworfene behaviorale Menschenbild zeichnet sich jedoch durch eine Widersprüchlichkeit zwischen Erkenntnissubjekt und -objekt aus, indem es beim Subjekt (= Forscher) eine aktive Manipulation der Umgebung (z.B. durch Experimente) voraussetzt, während das Erkenntnisobjekt als umweltabhängig gesehen wird.

Aufgrund dieser Widersprüchlichkeit stellten die Kritiker des Behaviorismus immer wieder die Forderung auf, daß der Forscher seine eigenen Handlungen mit Hilfe seiner Ergebnisse erklären solle. Durch diese Rückbeziehung der Forschungsergebnisse auf das Erkenntnissubjekt sollte die Unzulänglichkeit des behavioralen Paradigmas demonstriert werden.

Nach KUHNs (1967) Modell der Wissenschaftsentwicklung läßt sich durch eine derartige empirische Kritik eine Theorie nicht direkt kritisieren, da nach dem zugrundeliegenden "non-statement-view" von Theorien (s. GROEBEN & WESTMEYER, 1975) durch empirische Überprüfung nur abgeleitete Hypothesen, d.h. Anwendungsversuche, falsifiziert werden können, nicht jedoch die zugrundeliegende Theorie.

Ein Paradigmawechsel ist somit nicht durch empirische Ergebnisse entscheidbar, sondern vollzieht sich in Zeiten der Krise von normaler Wissenschaft durch Verdrängung einer Theorie durch eine andere, und zwar letztlich aufgrund von Glaubensentscheidungen der Wissenschaftler oder im Extremfall durch das Aussterben der Gegner der neuen Theorie (KUHN, 1967).

Ein Zeichen für den Beginn einer Krise ist das Auftreten von Anomalien, die durch das herrschende Paradigma nicht erklärt werden können.

Derartige Anomalien zeigen sich auch innerhalb des behavioralen Forschungsparadigmas.

In Anlehnung an MAHONEY (1977a) lassen sich innerhalb des behavioralen Paradigmas eine Reihe von Forschungsergebnissen aufzeigen, die mit Hilfe behavioraler S-R-Modelle, die sich auf Input-Output-Regelmäßigkeiten beschränken, nur schwer erklärt werden können:

1. Aus der Forschung zur Wahrnehmung, insbesondere zur sozialen Wahrnehmung ist bekannt, daß Individuen nicht auf einen "echten" äußeren Reiz reagieren, sondern auf einen wahrgenommenen Reiz, der verschiedenen Beeinflussungen und Transformationen unterliegen kann.

In experimentellen Untersuchungen wurde gezeigt, daß die Wirkung eines bestimmten Reizes durch verschiedene kognitive Prozesse modifiziert werden kann. So können beispielsweise identische physikalische Stimuli, je nachdem wie sie kognitiv interpretiert werden, sowohl verstärkende als auch bestrafende Qualität erlangen (DULANY, 1968).

Weitere Belege dafür, daß die Bedeutung und Wirkung von Stimuli durch kognitive Transformationen verändert werden können, liefern die Ergebnisse von MISCHEL und Mitarbeitern zum Belohnungsaufschub (z.B. MISCHEL, EBBESEN & ZEISS, 1972; MISCHEL, 1973).

Untersucht wurden Bedingungen dafür, wie lange Kinder auf eine bevorzugte Belohnung warten können, bevor sie sich für eine weniger wertvolle, jedoch sofort erhältliche Belohnung entscheiden. Unter anderem konnte gezeigt werden, daß sich die Wartezeiten verlängerten, wenn die Versuchspersonen die vor ihnen liegenden Stimuli, d.h. die Belohnungen, kognitiv transformierten und als neutrale Reize uminterpretierten, z.B. Brezeln als kleine braune Holzstücke betrachteten. Wenn die Versuchspersonen an nicht vorhandene Belohnungen dachten, waren die Wartezeiten ebenso kurz wie in den Fällen, in denen sich die Stimuli direkt vor ihnen befanden.

Die Ergebnisse machen deutlich, "daß das, was in den Köpfen der Kinder ist - nicht das, was sich physikalisch vor ihnen befindet - ihre Fähigkeit zum Belohnungsaufschub bestimmt" (MISCHEL, 1973, S.260; Übers. vom Verf.). So wie diese Bedeutungsveränderungen von Stimuli in Experimentalsituationen durch Instruktionen des Versuchsleiters produziert werden, ist anzunehmen, daß in realen Lebenssituationen derartige Modifikationen von den Individuen selbst herbeigeführt werden.

2. Untersuchungen zur semantischen Konditionierung (s. MALTZMANN, 1968) legen nahe, daß beim klassischen Konditionierungsparadigma komplexe innere Prozesse mit beteiligt sind.

Wurden beispielsweise Wörter als konditionierte Stimuli verwendet, so erfolgte eine Generalisierung der konditionierten Reaktion auf andere Wörter eher gemäß ihrer semantischen Bedeutung und Nähe als gemäß ihrer phonetischen Ähnlichkeit.

3. In mehreren Untersuchungen (z.B. BANDURA, 1969; RIMM & LITVAK, 1969) konnte gezeigt werden, daß durch interne, selbsterzeugte Stimuli wie Vorstellungen oder Selbstgespräche ähnliche physiologische und emotionale Reaktionen ausgelöst werden wie durch externe Reizbedingungen.

So können beispielsweise Reaktionen wie Angst, Ärger oder sexuelle Erregung allein durch interne Vorstellungen ausgelöst werden, ohne daß äußere physische Reizbedingungen vorhanden sind.

4. Verschiedene Forschungsergebnisse sprechen dafür, daß sowohl beim operanten als auch beim respondenten Lernen kognitive Prozesse eine erhebliche Rolle spielen. Innerhalb behavioristischer Modelle wird die Wirkung von Verstärkern beim operanten Konditionieren als automatischer, quasi mechanischer Prozeß betrachtet. Die Unzulänglichkeit dieser Auffassung läßt sich am Auftreten einer Anomalie im behavioralen Modell aufzeigen, dem sogenannten "Awareness"-Problem.

"Awareness" bedeutet Einsicht in den Zusammenhang zwischen Reaktionsklasse und Verstärkung. In zahlreichen Untersuchungen zeigte sich, daß die Kenntnis bzw. symbolische Vorstellung der Kontingenzen die Lernprozesse erheblich beschleunigen kann bzw. überhaupt erst ermöglicht.

So konnte in Experimenten zum verbalen Lernen gezeigt werden, daß die Auftretenshäufigkeit einer bestimmten Reaktionsklasse, z.B. die Äußerung von Tiernamen, Pluralwörtern u.ä., erst dann steigt, wenn die Versuchsperson Einsicht in den Verstärkungszusammenhang hat (s. SPIELBERGER & DE NIKE, 1966; GROEBEN & SCHEELE, 1977; HOLZKAMP, 1972).

Nach Ansicht von GROEBEN & SCHEELE (1977) spricht die Forschung zum "Awareness"-Problem dafür, daß "... "Awareness" als kognitiver Prozeß Antezedenzbedingung für die Konditionierbarkeit von verbalem Verhalten (und nicht nur diesem) ist ..." (S.17).

Aus der Sicht kognitiver Theorien ist die Erklärung operanten Konditionierens überhaupt nur unter Einbeziehung vermittelnder kognitiver Prozesse möglich. So beruht nach MISCHEL (1973) die Effektivität der operanten Konditionierung auf ihrer Fähigkeit zur Veränderung der Verhaltens-Konsequenz-Erwartungen.

Die Erklärung operanter Konditionierungsvorgänge ohne Rückbeziehung auf interne Prozesse erscheint überhaupt fraglich. So sind beim Prinzip der Verstärkung kognitive Prozesse anzunehmen, da Verstärkung ja nicht rückwirkend auf die "verstärkte" Reaktion wirkt, sondern auf zukünftige Verhaltensweisen im Sinne einer erhöhten Auftretenswahrscheinlichkeit. Das bedeutet, daß ein Individuum u.a. in der Lage sein muß, in Abhängigkeit von diskriminativen Stimuli bestimmte Konsequenzen zu antizipieren und zu planen, welche Reaktionsklasse verstärkt werden wird (REINECKER, 1978). Die bei der operanten Verstärkung beteiligten kognitiven Prozesse könnten sein: Gedächtnisprozesse, kognitive Repräsentationen der Verstärkung, Erwartungen bezüglich der Konsequenzen u.ä.

Ebenso scheint die Erklärung der Wirkung extrem langfristiger positiver Konsequenzen (z.B. gute Examensnoten) nur unter Einbeziehung eines kognitiven Prozesses der Antizipation von Konsequenzen möglich.

Die oben beschriebene Anomalie innerhalb des behavioralen Modells, die sogenannte "Awareness", zeigt sich auch bei Prozeduren innerhalb des klassischen Konditionierungsparadigmas.

BANDURA (1979) berichtet über Untersuchungen, in denen sich das Wissen um Stimulus-Zusammenhänge, d.h. zwischen UCS und CS, als Voraussetzung für die Konditionierbarkeit autonomer Reaktionen herausstellte. Ebenso konnten konditionierte Reaktionen durch das induzierte Wissen, daß auf bestimmte Stimuli kein schmerzhafter Reiz mehr folgen würde, sofort gelöscht werden.

Die Ergebnisse machen deutlich, daß klassische Konditionierungsvorgänge nicht als automatisches Ergebnis von zeitlich verbundenen Stimuli zu betrachten sind, sondern daß kognitive Vermittlungsprozesse mit einbezogen werden müssen.

Aus der Sicht kognitiver Ansätze ist die Erklärung respondenten Verhaltens überhaupt nur durch Einbeziehung von Erwartungen über Stimulus-Zusammenhänge (Stimulus-Folge-Erwartungen) möglich (s. MISCHER, 1973).

Die oben angesprochenen Befunde sprechen für die Beteiligung kognitiver Prozesse bei operanten und klassischen Konditionierungsvorgängen im Humanbereich. Das Vorhandensein derartiger kognitiver Prozesse, z.B. Erwartungen, kann hier auch direkt durch Befragung der Personen überprüft werden.

Aber auch für Lernprozesse im Tierbereich sind kognitive Erklärungsansätze vorgeschlagen worden. So meint BOLLES (1972), daß auch Tiere Erwartungen lernen, und zwar Stimulus-Folge-Erwartungen (S - S*) und Reaktions-Konsequenz-Erwartungen (R - S*), die mehr oder weniger genau den Umweltkontingenzen entsprechen.

Erwartung stellt hier ein hypothetisches Konstrukt dar und bezeichnet die gespeicherten Informationen über Umweltkontingenzen, wobei jedoch keine Aussage darüber gemacht wird, an welcher Stelle des Nervensystems sie lokalisiert sind oder in welchem Ausmaß sie bewußt sind.

Ein wesentlicher Bestandteil des Modells ist die Annahme, daß durch vorher gelernte oder angeborene Erwartungen mitbestimmt wird, was ein Tier unter bestimmten Umweltkontingenzen lernt. Mit diesem Konzept der Erwartung lassen sich dann auch verschiedene "Anomalien" des S-R Modells erklären, z.B. die Befunde, daß Tiere bestimmte Verhaltensweisen lernen, obwohl diese nicht kontingent verstärkt werden ("abergläubisches Verhalten"), oder umgekehrt trotz kontingenter Verstärkung bestimmte Reaktionen nicht lernen.

5. Am Bereich des Beobachtungs- oder Modelllernens, dessen Erklärung durch nicht-vermittelnde Ansätze offenbar nicht ausreicht, wird die Bedeutung kognitiver Vermittlungsprozesse besonders deutlich. Die Forschung zu diesem Bereich zeigt, daß hierbei Aufmerksamkeitsprozesse hinsichtlich der Reaktionen und Kontingenzen, Prozesse des Behaltens und des symbolischen Kodierens, motorische Reproduktionsprozesse, d.h. Erinnerung und Anwendung symbolischer Verhaltensrepräsentationen, sowie motivationale Prozesse beteiligt sind (s. BANDURA, 1969).

1.2. Unzulänglichkeit der S-R Technologien

Innerhalb des klinisch-therapeutischen Bereiches werden verhaltenstherapeutische Interventionsmethoden als technologische Anwendungen des behavioralen S-R Modells angesehen.

Die Ergebnisse der Therapieforschung zu den einzelnen Wirkfaktoren von therapeutischen Strategien, die explizit dem S-R Modell entlehnt sind, zeigen jedoch, daß kognitive Variablen hierbei eine wesentliche Rolle spielen. So macht beispielsweise die umfangreiche Forschung zur Systematischen Desensibilisierung deutlich, daß die Effekte dieser Technik nur unter Einbeziehung kognitiver Prozesse hinreichend erklärbar sind (s. dazu JAEGLI, 1979).

Bei zahlreichen psychischen Problemen, insbesondere bei komplexen klinischen Störungsbildern, zeigen die verhaltenstherapeutischen Methoden, die auf die Veränderung des offenen Verhaltens abzielen, oft nur eine begrenzte Effektivität. Demgegenüber können gerade Therapieformen, die von anderen theoretischen Grundlagen aus hauptsächlich die Veränderung kognitiver Prozesse anstreben, z.T. erstaunliche Erfolge erzielen (siehe z.B. BECK, 1979; ELLIS, 1977a, b; DiGIUSEPPE & MILLER, 1979). Die nur eingegrenzte Effektivität verhaltenstherapeutischer Interventions-techniken läßt streng genommen keinen Rückschluß auf die entsprechende Verhaltenstheorie zu, auf die sich die Techniken beziehen, da gezeigt werden konnte, daß sowohl unter der Aussagenkonzeption von Theorien als auch unter der Nicht-Aussagenkonzeption, dem sogenannten "Non-statement view", Verhaltenstherapie nicht als direkte Anwendung einer der vorhandenen Verhaltenstheorien anzusehen ist. (s. WESTMEYER, 1976)

Auch wenn man wie WESTMEYER (1976) die Verhaltenstherapie in eine Methodologie angewandter Verhaltenswissenschaften einbettet, läßt die Ineffektivität von Therapietechniken keine Rückschlüsse zu, da sie wissenschaftstheoretisch nur den Status von technologischen Regeln haben, die von nomologischen Aussagen (d.h. echten Gesetzen) bzw. abgeleiteten nomopragmatischen Aussagen (d.h. durch Zusatzhypothesen eingeschränkten gesetzesartigen Aussagen) nur empfohlen werden können.

Die Gültigkeit der nomologischen oder nomopragmatischen Aussagen sagt dabei nichts aus über die Effektivität der technologischen Regel. Diese muß erst empirisch bestimmt werden. Das bedeutet aber auch, daß die empirisch festgestellte Ineffektivität der technologischen Regel, d.h. der VT-Technik, nichts über die Gültigkeit der nomologischen Aussage aussagt.

Es läßt sich also wissenschaftstheoretisch aus der eingegrenzten Wirksamkeit verhaltenstherapeutischer Techniken keine Kritik der nomologischen Aussagen und damit des methodologischen Behaviorismus herleiten.

Wann jedoch andere Therapieformen, die sich auf Theorien berufen, die nicht dem methodologischen Ansatz behavioraler Theorien entsprechen, gerade bei Problemen erfolgreich sind, bei denen VT-Techniken versagen, stellt sich die Frage, ob nicht der methodologische Ansatz des Behaviorismus gerade zwangsläufig dazu führt, daß die aus den Gesetzen empfohlenen Therapietechniken teilweise ineffektiv sind.

Unsere Hypothese würde lauten, daß die Wirksamkeit kognitiver oder semantischer Therapietechniken sich daraus ergibt, daß sie auf Theorien beruhen, die nicht durch ihre Methodologie bereits ein eingeschränktes Menschenbild konstruieren und somit realitäts-adäquatere Handlungsanweisungen oder -empfehlungen für den Therapeuten geben können.

1.3. Auflösungstendenzen des behavioralen Paradigmas

Ähnlich wie KUHN (1967) die Entwicklung von Wissenschaft beschreibt, läßt sich auch für den Behaviorismus zeigen, daß das Auftauchen von Anomalien, die nicht in das theoretische Modell integriert werden können, zur Krise des S-R Paradigmas und zu seiner Aufweichung durch Spezifizierungen und Erweiterungen geführt haben. Wir wollen im folgenden an einigen beispielhaften Punkten derartige Auflösungstendenzen des behavioralen Paradigmas aufzeigen und gleichzeitig prüfen, wieweit bereits eine Ablösung durch ein kognitives Paradigma stattgefunden hat.

1.3.1. Vermittlungsmodell des verdeckten Konditionierens

Als Reaktion auf das Auftreten von Anomalien wurden verstärkt Versuche wieder aufgenommen, das behaviorale S-R Modell auch auf interne Prozesse anzuwenden. Als Begründung für die Einbeziehung kognitiver Prozesse wird angenommen, daß verdeckte Ereignisse den gleichen Gesetzen unterliegen wie offenes Verhalten (= Kontinuitätsannahme).

Bei diesem Vermittlungsmodell des verdeckten Konditionierens (s. MAHONEY, 1977a) werden innere Ereignisse als verdeckte Reaktionen auf äußere Stimuli betrachtet, die selbst wieder als verdeckte Stimuli offenes Verhalten steuern können. Eine zusätzliche Funktion können innere Ereignisse als verdeckte Konsequenzen haben.

Das bedeutet, daß den kognitiven Variablen nur eine vermittelnde Rolle in der Beziehung zwischen äußeren Stimuli und offenem Verhalten zugestanden wird, jedoch keine ursächliche Funktion für das Verhalten.

Wenn Kognitionen nur eine vermittelnde Rolle zugesprochen wird, haben sie aber keinen Erklärungs-wert für das Verhalten, da sie überflüssig werden, sobald die realen Determinanten des Verhaltens, nämlich die situativen Bedingungen, erkannt werden (QUEKELBERGEE, 1979a).

Die entscheidende Grundannahme dieses Modells, daß nämlich verdeckte Ereignisse den gleichen Lernprinzipien unterliegen wie offenes Verhalten, ist jedoch umstritten. MAHONEY (1977a) kommt bei der Evaluierung bisheriger Forschungsergebnisse zu dem Schluß, daß die Kontinuitätsannahme nur teilweise berechtigt ist und der Komplexität innerer Prozesse anscheinend nicht angemessen ist.

Auch die aus dem Vermittlungsmodell abgeleiteten technologischen Anwendungen, d.h. die therapeutischen Techniken verdeckten Konditionierens wie etwa verdeckte Verstärkung, verdeckte Sensibilisierung usw., scheinen nur in geringem Maße therapeutisch effektiv zu sein. Die bisherigen empirischen Überprüfungen erbrachten nur geringe Bestätigungen für die Wirksamkeit dieser Verfahren (s. MAHONEY, 1977a).

Als vorläufige Schlußfolgerung kann gesagt werden, daß die Erklärung verdeckter Prozesse mit Hilfe behavioraler Prinzipien offensichtlich nicht ausreichend ist und somit die Ausweitung des behavioralen Paradigmas auf interne kognitive Prozesse mit den theoretischen Grundlagen nicht zu vereinbaren ist.

1.3.2. Das Konzept der Selbstkontrolle

Die Aufweichung bzw. teilweise Überschreitung des behavioralen Paradigmas läßt sich auch am Bereich der Selbstkontrolle aufzeigen. Obwohl dieser Bereich schon lange im behavioralen Konzept aufgenommen ist und diese Einbeziehung durch Erklärungsversuche mit Hilfe behavioraler Prinzipien zu begründen versucht worden ist, läßt sich zeigen, daß eine Erklärung des Selbstkontroll-Konzepts innerhalb des behavioralen Paradigmas nicht ausreicht und notwendigerweise kognitive Prozesse miteinbezogen werden müssen.

Im Bereich der Selbstkontrolle stellt sich nämlich die Frage, wie ein Individuum dazu kommt, anstelle der kontrollierten Reaktion mit höher Auftretenswahrscheinlichkeit eine kontrollierende Reaktion mit geringerer Auftrittswahrscheinlichkeit zu zeigen. Diese Frage läßt sich nur dann beantworten, wenn man von einem bewußtseinsfähigen und entscheidungsfähigen Individuum ausgeht, was die Einbeziehung intervenierender Prozesse wie Vorstellung, Antizipation, Planung usw. notwendig macht (s. HARTIG, 1973).

Für das Konzept der Selbstkontrolle ist eine Unterscheidung wichtig, die HARTIG (1973) getroffen hat:
1. Der Entschluß zur Selbstkontrolle und das vorausgehende motivationale Geschehen.

Dieser Bereich ist von der Forschung bislang weitgehend vernachlässigt worden. Gerade hier dürften jedoch kognitive Prozesse wie Erleben von Konflikten, Reflexion, Antizipation von Konsequenzen, bewußte Entschlußfassung u.ä. eine entscheidende Rolle spielen.

2. Die Ausführung des Selbstkontroll-Verhaltens.

Dieser Aspekt ist von der Forschung im behavioralen Paradigma fast ausschließlich behandelt worden. Ausgehend von der Unterteilung des Selbstkontrollverhaltens in die Phasen der Selbstbeobachtung, Selbstbewertung und Selbstverstärkung (s. KANFER, 1973; KANFER & KAROLY, 1972) wurden diese Teilprozesse als therapeutische Strategien konzipiert, die vom Klienten selbst eingesetzt werden. Die Forschung beschäftigte sich hauptsächlich unter funktionalen Aspekten mit der therapeutischen Anwendung und Ausgestaltung der Selbstkontrollstrategien, während die Erklärung der Wirksamkeit auf behaviorale Prinzipien zurückgeführt wurde, ohne dies jedoch weiter zu überprüfen.

Wie GROEBEN & SCHEELE (1977) für die einzelnen Teilprozesse der Selbstkontrolle nachweisen, ist eine Erklärung und Prognose des Selbstkontrollverhaltens jedoch nur unter Einbeziehung kognitiver Variablen möglich (s. auch HAUZINGER, 1979; SCHEELE, 1981). Gerade am Konzept der Selbstkontrolle läßt sich aufweisen, wie sich hier bereits indirekt ein Wechsel zu einem kognitiven Paradigma vollzieht, ohne daß dies von Vertretern des behavioristischen Paradigmas gesehen wird.

1.4. Entwicklung kognitiv-psychologischer Modelle

Als Reaktion auf die Krise des behavioralen Paradigmas werden innerhalb der Psychologie in zahlreichen Forschungsbereichen zunehmend kognitive Modelle zur Beschreibung und Erklärung menschlichen Verhaltens und Erlebens entwickelt. Der bisherige Stand ist jedoch dadurch gekennzeichnet, daß eine große Zahl unterschiedlicher kognitiver Mikrotheorien für einzelne Teilbereiche existiert, deren Integration zu einer allgemeinen kognitiven Psychologie noch weit entfernt ist.

Eine mögliche Strukturierung und Ordnung der kognitiven Ansätze kann daher nur anhand der generellen Konzepte menschlichen Verhaltens erfolgen, an denen sich die einzelnen Modelle orientieren. Als wesentliche Merkmale hat QUEKELBERGHE (1979a) drei Konzeptualisierungen unterschieden, denen sich die einzelnen kognitiven Ansätze mehr oder weniger zuordnen lassen:

1. Menschliches Verhalten als Informationsverarbeitung.
2. Der Mensch als erkennendes Subjekt.
3. Menschliches Verhalten als Handlungseinheit.

Die theoretischen Grundannahmen kognitiver Modelle lassen sich nur schwer zusammenfassen, da die einzelnen Ansätze ganz unterschiedlichen Forschungsrichtungen entstammen.

Trotzdem versucht QUEKELBERGHE (1979b) die Grundannahmen kognitiver Modelle auf einen Begriff zu bringen. In Anlehnung an BOLLES (1974) entwirft er ein Schema, das das Grundkonzept kognitiver Modelle veranschaulichen soll.



Abb. 1: Grundkonzept kognitiver Modelle. Mit S werden vorausgehende Stimuli bezeichnet, O bezieht sich auf die Organismusvariablen und R umfaßt die Reaktionen des Individuums. (nach QUEKELBERGHE, 1979b, S.8).

Ein wesentliches Kennzeichen dieses Grundkonzepts besteht in der Annahme, daß Reaktionen auch ohne vorhandene Außenstimuli hervorgerufen werden können und selbst rückwirkend kognitive Prozesse auslösen können. Als entscheidende Wirkfaktoren für die Reaktionen werden Wahrnehmungs- und Erkenntnisvorgänge betrachtet.

Historisch betrachtet läßt sich die Entwicklung kognitiver Modelle innerhalb der Psychologie auf eine Reihe von Forschungsansätzen zurückführen, die als Vorläufer oder Wegbereiter eines kognitiven Paradigmas angesehen werden können. So führt QUEKELBERGHE (1979b) zwölf verschiedene Forschungsrichtungen an, von denen er Verbindungslinien zu den kognitiv-psychologischen Ansätzen aufweist.

Für die Entwicklung kognitiver Ansätze speziell innerhalb der Klinischen Psychologie erscheinen uns dabei die oben genannten Faktoren wichtig:

Die theoretische Unangemessenheit des behavioralen S-R Modells führte einerseits zur Ausweitung auf verdeckte, kognitive Operationen, wobei indirekt bereits kognitive Erklärungsansätze mit einbezogen wurden.

Andererseits wurden neuere theoretische Verhaltensmodelle stärker berücksichtigt, wobei vor allem kognitive Theorien der Informationsverarbeitung im Vordergrund standen (z.B. MILLER, GALANTER & PRIBRAM, 1973; NEISSER, 1974). Darüberhinaus wurden kognitive Modelle für einzelne Teilbereiche wie etwa kognitive Emotionstheorien, Attributionstheorien und kognitive Persönlichkeitstheorien mit einbezogen. Die Unzulänglichkeit und eingeschränkte Effektivität der auf dem S-R Modell basierenden therapeutischen Techniken führte zur Einbeziehung kognitiver Therapieansätze wie die von ELLIS (1974, 1977a), BECK (1970, 1979) oder MEICHENBAUM (1976a, 1977, 1979). Diese Ansätze wurden zwar primär aus klinisch-therapeutischen Erfahrungen entwickelt, beziehen sich aber in ihren theoretischen Begründungen auf kognitive Erklärungsmodelle.

1.5. Bereichsabgrenzung kognitiver Modelle

Trotz des sich abzeichnenden Paradigmawechsels in der Psychologie vom behavioralen zu einem kognitiven Paradigma stellt sich die Frage, ob ein kognitives Paradigma auch in der Klinischen Psychologie ausschließlich gelten und fruchtbar sein könnte.

Konkret bedeutet das, ob die verhaltenstherapeutischen Therapieformen einfach durch kognitive Therapieformen ersetzt werden können oder ob nicht eine spezifische Indikationsstellung notwendig ist im Sinne von: für welches Problem, welche Situation, welche Person, ist welche Therapieform optimal? (s. GROEBEN & SCHEELE, 1977; KIESLER, 1971; GRAWE, 1976).

So wird etwa bei dem von GROEBEN & SCHEELE (1977) konzipierten Entwurf eines kognitiven Paradigmas, dem sogenannten epistemologischen Subjektmodell, das Individuum als hypothesengenerierendes und -prüfendes Subjekt gesehen.

Aufgrund der damit verbundenen Annahme, daß menschliches Verhalten weitgehend nach rationalen Kriterien abläuft, werden zahlreiche "a-rationale" Erklärungsfaktoren außer acht gelassen wie: Zufall, Fügung, Gewohnheit, physiologische Determination, Imitation, Unterbewußtsein etc.

Gerade diese Faktoren werden jedoch für neurotische und psychotische Störungen als besonders relevant betrachtet (s. SCHULTE, 1977; KRAIKER, 1974).

Auch GROEBEN & SCHEELE (1977) als Vertreter eines kognitiven Paradigmas meinen, daß für "a-rationale" Verhaltensweisen das kognitive Paradigma und seine Therapieformen besonders hinsichtlich der Veränderung nicht optimal erscheinen, und schlagen eine Bereichsabgrenzung der Theorien vor.

Eine derartige Bereichsabgrenzung sieht vor, daß das kognitive Paradigma dem behavioristischen vorgeordnet ist und mit der kognitiv-rationalen Erklärung und Therapieform begonnen wird. Erst wenn diese sich unbrauchbar erweist, wird die behavioristische Erklärung und Therapieform verwendet, in der die "a-rationalen" Erklärungsfaktoren für menschliches Verhalten mit berücksichtigt werden.

Mit der Bereichsabgrenzung von behavioralen und kognitiven Theorien wird gleichzeitig der Anspruch fallengelassen, das behaviorale Paradigma vollständig durch ein kognitives Paradigma zu ersetzen. Vielmehr macht es die Einsicht deutlich, daß es keine universalistische Theorie und damit auch keine Einheitstherapie gibt (s. BEULE et al., 1978).

Eine derartige Einsicht scheint auch neueren Therapiestrategien zugrunde zu liegen, die sich mit Begriffen wie technischer Ekklektizismus, multimodale Therapie usw. kennzeichnen lassen. Leider scheint diese Erkenntnis oft zu einer Theorielosigkeit zu führen, die sich in der Therapie unter dem Motto "es ist egal, was gemacht wird, solange es hilft" niederschlägt.

In diesem Zusammenhang meint FIEDLER (1980), daß gerade die komplexen Verursachungsbedingungen bei komplexeren Störungsbildern belegen, daß es keine Einheitstherapie geben kann. Daher wären mehr differenzierte Erklärungsmodelle für die Entstehung und Aufrechterhaltung abweichenden Verhaltens notwendig, um eine differentielle Indikation psychotherapeutischer Verfahren zu ermöglichen.

2. Das Konstrukt der Selbstsicherheit

Nachdem in den vorangegangenen Abschnitten der größere Rahmen, in dem wir unsere Arbeit sehen, kurz skizziert wurde, werden wir jetzt auf den speziellen Problem-bereich der Selbstunsicherheit eingehen.

In verschiedenen Theorien über psychische Störungen und von verschiedenen Therapieschulen wird die Bedeutung angemessenen sozialen Funktionierens und sozialer Kompetenz für die "geistige Gesundheit" von Individuen betont (vgl. ARGYLE, 1972; BELLACK & HERSEN, 1977a; HERSEN, 1979; CURRAN & WESSBERG, 1981).

In zahlreichen Studien wurden zudem Zusammenhänge zwischen sozialer Kompetenz und psychiatrischen Störungsbildern sowie psychiatrischer Hospitalisierung dokumentiert (s. ZIGLER & PHILLIPS, 1960; PHILLIPS & ZIGLER, 1961; ZIGLER & LEVINE, 1973).

Das Konzept der sozialen Kompetenz von ZIGLER und Mitarbeitern ist jedoch sehr weit gefaßt und wird durch Maße wie Schulbildung, Berufstätigkeit und Familienstand definiert. Daraus erklärt sich vielleicht, daß der Einfluß dieser Forschungsrichtung auf den klinisch-psychologischen und therapeutischen Bereich bisher nur gering gewesen ist.

Aber erst mit dem Aufkommen der Verhaltenstherapie und speziell der Methode des Selbstsicherheitstrainings wurden verstärkt Bemühungen unternommen, mangelnde soziale Kompetenz genauer zu untersuchen, Defizite an sozialen Fertigkeiten und Verhaltensweisen zu identifizieren sowie therapeutische Strategien zur Aufhebung dieser Mängel und Defizite zu entwickeln (s. HERSEN, 1979).

In diesem Zusammenhang sind vor allem Autoren wie SALTER (1949), WOLPE (1958), WOLPE & LAZARUS (1966) sowie LAZARUS (1971) zu nennen, die als Schöpfer der Begriffe Selbstsicherheit und Selbstbehauptung ("Assertiveness") und als Begründer des Selbstsicherheitstrainings angesehen werden.

Die klinisch-psychologische und therapeutische Beschäftigung mit dem Problembereich mangelnder sozialer Kompetenz, der auch mit Begriffen wie mangelnde "soziale Fertigkeiten" oder "Selbstunsicherheit" beschrieben wird, stand daher und steht auch heute noch weitgehend im Zeichen von lerntheoretischen bzw. verhaltenstherapeutischen Modellen und Ansätzen. Wir werden daher auch in unserer Studie vorwiegend auf Arbeiten eingehen, die aus dem Bereich verhaltenstherapeutischer Ansätze stammen bzw. sich daraus entwickelt haben.

In den letzten Jahren erschien in der Literatur eine große Anzahl von Veröffentlichungen zu dem Bereich Selbstsicherheit/-unsicherheit und Selbstsicherheitstraining.

Das wachsende Interesse an diesem Problembereich läßt sich dadurch erklären, daß die klinische Bedeutung von Problemen der Selbstunsicherheit in zunehmendem Maße erkannt wird. Zahlreiche Klienten, die in psychologischen Beratungsstellen therapeutische Hilfe suchen, klagen über Schwierigkeiten in sozialen Situationen. Zu den Problemen zählen allgemeine Ängste in sozialen Situationen, Angst vor Versagen oder Kritik durch andere, Schwierigkeiten im Umgang mit Personen des anderen Geschlechts, Hemmungen, eigene Gefühle offen auszudrücken, Durchsetzungsschwierigkeiten in kritischen Situationen, Hemmungen, eigene Meinungen und Ansichten zu vertreten, Angst, unberechtigte Ansprüche und Forderungen von anderen abzulehnen u.ä. .

Die mit diesen Beschreibungen umrissenen Schwierigkeiten, sich in interpersonellen Situationen angemessen und effektiv zu verhalten, werden darüberhinaus als wichtige Bedingungen für weitergehende Probleme wie z.B. Depressionen betrachtet (s. LIBET & LEWINSOHN, 1973).

Für das zunehmende Interesse spielt sicher auch die Tatsache eine Rolle, daß Selbstunsicherheitsprobleme in mehr oder weniger starkem Ausmaß bei einem Großteil der westlichen Bevölkerung auftreten, wodurch diese Problematik zu einem geeigneten Problembereich für wissenschaftliche Analogstudien wird.

Hinzu kommen noch professionelle und didaktische Überlegungen, da insbesondere durch die Standardisierung von Selbstsicherheitstrainings Möglichkeiten für Therapieforschungs- und Ausbildungszwecke geschaffen werden.

Aber auch die kommerzielle Nutzung von Selbstsicherheitstrainings auf dem "Psycho-Markt" mag das zunehmende Interesse mit fördern.

Die Begriffe Selbstsicherheit und Selbstsicherheitstraining werden dabei in der Literatur in etwas unterschiedlichen Bedeutungen verwendet.

So existiert der Begriff Selbstsicherheitstraining einmal als Kennzeichnung für ein Paket von bestimmten verhaltenstherapeutischen Techniken wie Rollenspiel, Modellernen, Rückmeldung, Instruktionen etc., die sich beim Aufbau selbstsicheren Verhaltens als effektiv erwiesen haben (s. z.B. BRAUN & TITTELBACH, 1978).

Selbstsicherheitstraining als Therapieform oder therapeutische Strategie wird bei verschiedenartigen Störungen wie sexuelle Abweichungen, Depression, Ehekonflikte, Zwangsverhalten, aggressives Verhalten und chronischen psychiatrischen Problemen eingesetzt (s. HERSEN, EISLER & MILLER, 1973; HEIMBERG et al., 1977).

In diesem Zusammenhang kennzeichnet der Begriff Selbstsicherheitstraining eine Methode zur Erreichung ganz unterschiedlicher Therapieziele. Die Gemeinsamkeit besteht lediglich darin, daß bei den verschiedenen Störungsbildern interpersonelle Defizite der Klienten angenommen werden.

Die Grundannahme besagt, daß die Klienten durch das Lernen neuer Verhaltensweisen mehr soziale Verstärkung erhalten, wodurch das symptomatische Verhalten unfunktional wird und verschwindet.

Diese Hypothese wird jedoch mehr durch klinische Erfahrungen als durch empirische Untersuchungen gestützt (HERSEN, EISLER & MILLER, 1973).

Eine etwas andere Bedeutung hat der Begriff Selbstsicherheit als direkte Kennzeichnung des Therapieziels bei sozialen Schwierigkeiten. Selbstsicherheit bezeichnet hier eine Reihe therapeutischer Zielverhaltensklassen, die sich auf angemessenes und effektives Verhalten in interpersonellen Situationen beziehen. Mit Selbstsicherheit wird also ein Konstrukt benannt, das eine bestimmte Form menschlicher Erlebens- und Verhaltensweisen umfaßt. Das Selbstsicherheitstraining schließt hier alle therapeutischen Techniken ein, die zur Zielerreichung führen, und wird nicht auf ein bestimmtes Paket vorwiegend verhaltenstherapeutischer Methoden beschränkt. In unserer Arbeit beziehen wir uns auf diese zweite Bedeutung von Selbstsicherheit als therapeutische Zieldimension. Im folgenden soll die inhaltliche Ausfüllung des Konstruktes Selbstsicherheit näher bestimmt werden.

2.1. Frühe Ansätze zur Begriffsbestimmung

Trotz der großen Zahl von Veröffentlichungen, die sich mit dem Problembereich Selbstunsicherheit beschäftigt haben, ist die begriffliche Klärung und Operationalisierung des Konstruktes Selbstsicherheit bisher noch nicht genügend geleistet worden.

In der Literatur tauchen in diesem Zusammenhang Begriffe wie soziale Angst, Selbstunsicherheit/Selbstsicherheit, Selbstbehauptung, Selbstvertrauen, Assertiveness, soziale Fertigkeiten, soziale Kompetenz und Social Skills auf, die weder präzise operationalisiert noch eindeutig voneinander abgegrenzt sind und in der Literatur relativ unsystematisch verwendet werden (s. ZIMMER, 1978).

Zu den ersten, die sich aus lerntheoretischer Sicht mit dem Problembereich Selbstunsicherheit auseinandersetzten, zählt SALTER (1949), der sich mit der Behandlung "gehemmter Persönlichkeiten" beschäftigte und als Begründer des Selbstsicherheitstrainings angesehen wird. Er entwarf als therapeutische Strategie die Ausführung sogenannter exzitatorischer Reaktionen, die auch heute noch vielfach als inhaltliche Zieldimensionen von Selbstsicherheit angesehen werden.

Die von ihm vorgeschlagenen Verhaltensklassen sind (Übersetzung nach ULLRICH DE MUYNCK & FORSTER, 1974):

1. Emotionales Sprechen (Feeling Talk) bezeichnet das Äußern von Emotionen wie z.B. Loben, Klagen, Mögen, Nichtmögen.
2. Expressives Sprechen (Facial Talk) umfaßt den nonverbalen Gefühlsausdruck durch Mimik und Gestik.

3. Widersprechen und Angreifen (Contradict and Attack) meint die offene Äußerung der eigenen Meinung.

4. Absichtlicher Gebrauch des Wortes "Ich" (Deliberate use of the word 'I')

5. Zustimmung bei Lob durch andere (Express agreement when you are praised) bezeichnet das unbedingte Annehmen von Lob durch andere, aber auch die Fähigkeit, sich selbst zu loben.

6. Improvisation (Improvisation) meint das spontane Ausagieren ohne sich viele Gedanken zu machen.

Trotz der umfangreichen Kritik an SALTER'S theoretischer Konzeption (s. dazu ULLRICH DE MUYNCK & FORSTER, 1974; ZIMMER, 1976) werden die von ihm entworfenen Verhaltensklassen auch heute noch größtenteils als wichtige inhaltliche Bestimmungen des Begriffs Selbstsicherheit angesehen.

WOLPE (1958, 1972) führte den Begriff der "assertiven" Verhaltensweisen ein. Entsprechend seinem theoretischen Modell, daß Personen durch unangepaßte Angstreaktionen in zwischenmenschlichen Beziehungen daran gehindert werden, angemessene Gefühle auszudrücken und angepaßte Handlungen auszuführen, faßt er den Begriff der Selbstbehauptung (Assertiveness) so weit, daß er darunter

" die sichtbare Äußerung aller Gefühle, die sich von Angst unterscheiden" (WOLPE, 1972, S.76) versteht.

Obwohl die selbstbehauptenden Reaktionen alle sozial angemessenen Ausdrucksformen persönlicher Rechte und Gefühle umfassen, wie z.B. den Ausdruck von Lob, Zärtlichkeit, Respekt, Freude oder Abscheu, ist die wichtigste Verhaltensklasse der Ausdruck von Ärger und Unwillen (WOLPE & LAZARUS, 1966).

Dementsprechend ist seine beispielhafte Auflistung sogenannter "feindseliger" Reaktionen wesentlich umfangreicher als die der "lobenden" Selbstbehauptungsreaktionen (s. WOLPE 1972).

Während bei WOLPE (1958, 1972) und nachfolgenden Autoren die "Selbstbehauptung" des Individuums und die Äußerung negativer Gefühle betont wird, zeigt sich für LAZARUS (1971) angemessenes Verhalten in einem ausgewogenen Gleichgewicht zwischen positiven und negativen Gefühlsäußerungen. Das Therapieziel besteht nicht nur in der Fähigkeit, die eigenen Rechte zu fordern, sondern auch in der Bereitschaft, die Rechte der anderen zu wahren. Diese sogenannte "emotionale Freiheit" ("emotional freedom"; LAZARUS, 1971) umfaßt die Wahrnehmung und den angemessenen, d.h. offenen und aufrichtigen, Ausdruck jeglichen Gefühlszustandes.

Der Begriff des selbstsicheren Verhaltens wird von LAZARUS (1973) daher weiter gefaßt und umfaßt folgende getrennte Verhaltensmuster!

- Die Fähigkeit, "Nein" zu sagen
- Die Fähigkeit, um einen Gefallen zu bitten und Wünsche zu äußern
- Die Fähigkeit, positive und negative Gefühle auszudrücken
- Die Fähigkeit, allgemeine Gespräche anzufangen, fortzusetzen und zu beenden.

Die von LAZARUS (1971) geforderte Abgrenzung des selbstsicheren vom aggressiven Verhalten und die Erweiterung des Begriffs Selbstsicherheit auf "positive" Reaktionen ist in neueren Konzepten aufgenommen worden.

So bezieht sich nach McFALL (1976) der Begriff Selbstsicherheit ("Assertion") auf

"jeden situationsangemessenen Ausdruck von persönlichen Rechten und Gefühlen und umfaßt Verhaltensweisen wie unzumutbare Wünsche ablehnen, Ärger und Unwillen ausdrücken, Zuneigung und Anerkennung ausdrücken und Mitleid und Zärtlichkeit zeigen" (S.249; Übers. vom Verf.).

Insbesondere die Kennzeichnung selbstsicheren Verhaltens als Durchsetzung eigener Rechte ohne die Rechte anderer zu verletzen ist in zahlreichen neueren Begriffsbestimmungen enthalten (z.B. ALBERTI & EMMONS, 1974).

Beispielhaft sei hier die Beschreibung von LANGE & JAKUBOWSKI (1976) wiedergegeben:

"Selbstsicherheit umfaßt das Eintreten für persönliche Rechte und das Ausdrücken von Gedanken, Gefühlen und Überzeugungen in einer direkten, aufrichtigen und angemessenen Form, die nicht die Rechte anderer Personen verletzt" (S.7; Übers. vom Verf.).

Obwohl das Konzept interpersonaler Rechte zur Operationalisierung des Begriffs Selbstsicherheit wenig geeignet erscheint, solange nicht eindeutig definiert ist, welche Rechte gemeint sind und wer die Rechte festlegt, wird damit deutlich gemacht, daß selbstsicheres Verhalten nicht mehr allein die Verfolgung und Durchsetzung eigener Interessen und Bedürfnisse darstellt, sondern daß auch die Interessen und Wünsche der Interaktionspartner berücksichtigt werden.

In den meisten Definitionen selbstsicheren Verhaltens werden hauptsächlich allgemeine Verhaltensklassen oder -dimensionen angegeben, wie z.B. Forderungen stellen, unberechtigte Wünsche ablehnen oder Gefühle äußern.

In einigen Begriffsbestimmungen wird aber auch versucht, diese allgemeinen Verhaltensweisen näher zu spezifizieren. Dies geschieht teilweise durch die Angabe des "Reaktions Stils" (LINEHAN & EGAN, 1979), d.h. die Art und Weise, wie das Verhalten ausgeführt wird. In den Definitionen tauchen hierzu Kennzeichnungen wie direkt ("direct"), aufrichtig ("honest") oder leicht ("comfortably") auf (ALBERTI & EMMONS, 1974; LANGE & JAKUBOWSKI, 1976; GALASSI & GALASSI, 1977). Diese Beschreibungen sind jedoch zur Operationalisierung der generellen Verhaltensklassen nicht präzise genug.

Erfolgversprechender erscheinen uns dagegen Ansätze, in denen versucht wird, eher eng umrissene Verhaltensweisen wie Blickkontakt, Lautstärke, Reaktions-Latenz, Körperhaltung etc. zu bestimmen, die für das Konstrukt der Selbstsicherheit relevant sind.

In der Literatur gibt es hierzu eine ganze Reihe von Untersuchungen, die zum Ziel haben, relevante nonverbale und paralinguistische Aspekte selbstsicheren Verhaltens zu bestimmen. Die Ergebnisse dieser Untersuchungen, auf die wir später noch detailliert eingehen werden, sind jedoch keineswegs eindeutig und haben auch bisher noch keinen direkten Eingang in allgemeine Begriffsbestimmungen und Definitionen von Selbstsicherheit gefunden.

2.2. Neuere Ansätze zur Begriffsbestimmung

Ein Kennzeichen neuerer Ansätze zur Begriffsbestimmung selbstsicheren Verhaltens besteht darin, daß die Situationsspezifität hervorgehoben wird (z.B. EISLER, HERSEN, MILLER & BLANCHARD, 1975; GALASSI & GALASSI, 1978; LINEHAN & EGAN, 1979).

Im Gegensatz zu früheren Konzepten, in denen allgemeine Verhaltensklassen, wie eigene Rechte durchsetzen oder Gefühle äußern, und eingegrenzte Verhaltensweisen, wie Blickkontakt, laut reden oder gestikulieren, ohne Berücksichtigung von Situationsmerkmalen als wesentliche Bestimmungsstücke selbstsicheren Verhaltens betrachtet wurden, gehen neuere Konzeptualisierungen davon aus, daß die Angemessenheit bestimmter Reaktionen für jede Situation einzeln bestimmt werden muß.

So kann beispielsweise die Durchsetzung eigener Rechte in offiziellen Situationen mit Behörden eine angemessene Reaktionsweise sein, während sie in privaten Situationen mit nahestehenden Freunden unter Umständen wenig förderlich ist.

Selbstsicherheit wird demnach nicht mehr als einheitlicher Persönlichkeitszug oder generalisierte Reaktionstendenz, sondern als eine Reihe gelernter, situationsspezifischer Verhaltensweisen betrachtet (RICH & SCHROEDER, 1976; GALASSI & GALASSI 1978 ; LANGE & JAKUBOWSKI, 1976)

Unterstützung erhält diese situationsspezifische Konzeptualisierung der Selbstsicherheit durch die Arbeit von EISLER, HERSEN, MILLER & BLANCHARD (1975), die den Einfluß des sozialen Kontextes auf das Verhalten in selbstsicheren Situationen untersuchten.

Die Autoren konnten zeigen, daß das Verhalten, differenziert nach verschiedenen nonverbalen und verbalen Verhaltenskomponenten, davon abhängig ist, ob die Situation eher "positive" oder "negative" selbstsichere Reaktionen fordert, ob der Interaktionspartner männlich oder weiblich ist und ob er gut bekannt oder fremd ist.

Weitere Belege dafür, daß Selbstsicherheit keine generalisierte Reaktionstendenz ist, liefern Untersuchungen, in denen Selbstunsicherheits-Fragebogen faktorenanalytisch überprüft wurden. Hier ergab sich jeweils kein allgemeiner Faktor, sondern mehrere unabhängige Einzelfaktoren (z.B. GAMBRILL & RICHEY, 1975; GALASSI & GALASSI, 1979b; vgl. auch RICH & SCHROEDER, 1976).

Eher indirekte Belege für die Situationspezifität selbstsicheren Verhaltens liefern schließlich die Erfahrungen, daß therapeutische Veränderungen in einer Verhaltensklasse keine oder nur geringe Generalisierung auf andere Dimensionen bewirken (z.B. McFALL & LILLESAND, 1971).

Wenn selbstsicheres Verhalten situationsspezifisch determiniert ist, so bedeutet das jedoch nicht, daß keine Verallgemeinerungen hinsichtlich des Ausmaßes an Selbstunsicherheit getroffen werden können. So gibt es einerseits Personen, die sich nur gelegentlich in ganz bestimmten Situationen selbstunsicher verhalten, während andere in einem breiten Bereich verschiedener Situationen Probleme haben. LANGE & JAKUBOWSKI (1976) bezeichnen diese letztere Gruppe als allgemein selbstunsicher, womit jedoch kein Persönlichkeitszug gemeint ist, sondern lediglich deutlich gemacht werden soll, daß diese Personen sich in nahezu allen Situationen selbstunsicher verhalten.

Die verschiedenen Situationskontexte, in denen selbstsicheres Verhalten angemessen und notwendig ist, lassen sich einerseits danach unterscheiden, um welche Art von Situation es sich handelt, z.B. privat oder öffentlich, andererseits danach, welche Personen beteiligt sind, z.B. Ehepartner, Freund, Vorgesetzter, Fremder (s. GALASSI & GALASSI, 1978).

Eine angemessene Konzeptualisierung selbstsicheren Verhaltens sollte demnach alle drei Komponenten, d.h. die Verhaltens-Dimension, die Personen-Dimension und die Situations-Dimension, umfassen und spezifizieren (GALASSI & GALASSI, 1978).

Zwei mögliche Strategien, relevante Situationskontexte von Konstrukten zu spezifizieren, werden von GOLDFRIED & LINEHAN (1977) vorgeschlagen:

Eine Methode besteht darin, die funktionale Beziehung verschiedener Situationen zu dem Konstrukt zu spezifizieren, indem an einer großen Stichprobe von Personen empirisch überprüft wird, in welchen Situationen das entsprechende Verhalten typischerweise auftritt. Eine zweite Methode sieht so aus, daß eine repräsentative Stichprobe von Individuen daraufhin befragt wird, welche Situationen als relevant für das Konstrukt angesehen werden.

Eine Kombination beider Methoden hat z.B. MacDONALD (1978) verwendet, indem zahlreiche Probanden eine Woche lang alle Situationen sammelten, in denen selbstsicheres Verhalten aufgetreten ist bzw. als Reaktion günstig gewesen wäre.

Die bisherigen Versuche, relevante Situationen für selbstsicheres Verhalten empirisch zu ermitteln, sind jedoch nicht sehr zahlreich und haben noch zu keiner einheitlichen Taxonomie relevanter Situationen geführt. Der Aspekt der Situationsspezifität taucht daher in den Begriffsbestimmungen und Definitionen nur als allgemeines Merkmal auf, ohne daß es näher präzisiert wird.

Auch die in den Meßinstrumenten und in den Therapieprogrammen beschriebenen Situationen beruhen meistens noch auf klinischem Urteil oder "face-validity", zeigen aber dennoch zum Teil erstaunlich große Übereinstimmungen.

Weitere Kennzeichen neuerer Ansätze bestehen darin, daß zunehmend der interaktionale Aspekt selbstsicheren Verhaltens sowie seine Konsequenzen und Wirkungen auf die Umgebung in den Begriffsbestimmungen berücksichtigt werden. Um diese Begriffserweiterung deutlich zu machen, wird statt Selbstsicherheit ("Assertiveness") vielfach der Begriff "soziale Fertigkeiten" ("social skills") verwendet.

In mehreren Definitionen wird Selbstsicherheit hauptsächlich durch die Effekte und Konsequenzen des Verhaltens bestimmt. So erwähnen HEIMBERG et al. (1977) eine Definition, in der selbstsicheres Verhalten als dasjenige Verhalten betrachtet wird, das den Verstärkungswert einer sozialen Interaktion für alle beteiligten Personen erhöht.

In ähnlicher Weise sehen LIBET & LEWINSOHN (1973) soziale Fertigkeit als

"komplexe Fähigkeit, sowohl Verhaltensweisen zu zeigen, die positiv oder negativ verstärkt werden, als auch keine Verhaltensweisen zu zeigen, die bestraft oder durch andere gelöscht werden" (S.304; Übers. vom Verf.).

Das Kriterium positiver sozialer Verstärkung wird auch in der Definition von BELLACK & HERSEN (1977a) herangezogen, wenn sie soziale Fertigkeit als Fähigkeit bestimmen

"sowohl positive als auch negative Gefühle im interpersonellen Bereich auszudrücken, ohne konsequenten Verlust an sozialer Verstärkung zu erleiden" (S.145; Übers. vom Verf.).

An anderer Stelle (HERSEN & BELLACK, 1977) kommen beide Autoren zu der Feststellung, daß soziale Fertigkeiten jeweils situationsspezifisch konzipiert werden sollten, wobei "der beherrschende Faktor die Effektivität des Verhaltens in sozialen Interaktionen ist" (S.512; Übers. vom Verf.).

Eine rein funktionale Definition geben RICH & SCHROEDER (1976) indem sie selbstsicheres Verhalten als Fertigkeit beschreiben,

"in einer interpersonalen Situation Verstärkung zu suchen, aufrechtzuerhalten oder zu steigern durch den Ausdruck von Gefühlen oder Wünschen, wenn durch diesen Ausdruck der Verlust der Verstärkung oder sogar Bestrafung riskiert wird"

(S.1082; Übers. vom Verf.).

Noch allgemeiner formulieren HEIMBERG et al. (1977), wenn sie unter Bezug auf GOLDFRIED & D'ZURILLA (1969) selbstsicheres Verhalten als

"effektives soziales Problemlösen" definieren.

Die Definitionen, in denen die Verhaltenskonsequenzen als wesentliches Bestimmungsstück für selbstsicheres Verhalten herangezogen werden, sind unserer Ansicht nach unter verschiedenen Gesichtspunkten kritisch zu betrachten:

Wenn als Kriterium für selbstsicheres Verhalten die Effektivität in sozialen Situationen bzw. die Erzielung positiver Konsequenzen gilt, so läßt sich das gezeigte Verhalten nur im nachhinein als sicher oder unsicher bezeichnen.

Eine im voraus zu leistende inhaltliche Begriffsbestimmung, die insbesondere für die therapeutische Arbeit notwendig ist, ist mit diesem Kriterium nicht zu leisten.

Wird zudem das Kriterium der Effektivität als alleiniges Bestimmungsstück verwendet, ohne inhaltliche Verhaltensklassen anzugeben, läßt sich selbstsicheres Verhalten nicht mehr von anderen therapeutischen Zielverhaltensklassen abgrenzen. So ist beispielsweise die Konzeptualisierung selbstsicheren Verhaltens als "effektives soziales Problemlösen" (HEIMBERG et al. 1977) so allgemein formuliert, daß es nahezu bei jedem psychischen Problem als Therapieziel fungieren könnte.

Weiterhin ist kritisch anzumerken, daß das Kriterium der Effektivität meist nicht genügend spezifiziert ist. LINEHAN & EGAN (1979) haben darauf aufmerksam gemacht, daß die Effektivität selbstsicheren Verhaltens drei verschiedene Aspekte enthält:

- a) Objektive Effektivität ist dann gegeben, wenn die Ziele der Reaktion erreicht wurden.
- b) Beziehungs-Effektivität liegt dann vor, wenn die Beziehung zu anderen Personen aufrechterhalten wird.
- c) Selbst-Achtungs-Effektivität ist dann vorhanden, wenn durch das Verhalten die Selbst-Achtung der Person aufrecht erhalten wird.

Wenn also das Kriterium der Effektivität zur Bestimmung selbstsicheren Verhaltens verwendet wird, so müßte angegeben sein, auf welchen dieser drei Aspekte sich die Definition bezieht oder -falls alle drei Aspekte impliziert sind - in welchem Verhältnis sie zueinander gewichtet werden.

In vielen Definitionen werden hauptsächlich nur die ersten beiden Aspekte betont. Es gibt jedoch beispielsweise auch Situationen, in denen sich selbstsicheres Verhalten dadurch auszeichnet, daß zwar nicht die objektiven Ziele erreicht werden, dafür aber die Selbst-Achtung der Person aufrecht erhalten wird.

Eine genaue Festlegung, welcher Aspekt von Effektivität in einer bestimmten Situation für angemessenes selbstsicheres Verhalten von Bedeutung ist, wurde bisher noch nicht geleistet und erscheint uns auch schwierig.

LINEHAN & EGAN (1979) nehmen hierzu vorläufig an, daß die Personen selbst je nach Situation entscheiden, welche Art von Effektivität wichtig ist, und dementsprechend ihr Verhalten ausrichten.

Die Betonung des interaktionalen Aspekts selbstsicheren Verhaltens wird in neueren Ansätzen durch den Begriff "soziale Fertigkeiten" ("social skills") oder auch "soziale Kompetenz" ("social competence") deutlich gemacht.

Hierbei wird Selbstsicherheit teilweise als eine unter mehreren sozialen Fertigkeiten betrachtet, oft aber auch mit sozialen Fertigkeiten allgemein gleichgesetzt.

In den Begriffsbestimmungen wird selbstsicheres Verhalten vorrangig unter dem Aspekt definiert, welche Funktion es innerhalb sozialer Interaktionen hat. Hierbei werden sozialpsychologische Forschungsergebnisse über Basisprozesse sozialen Verhaltens und zwischenmenschlicher Interaktionen miteinbezogen. So beschreiben ARGYLE & KENDON (1967) zwei wesentliche allgemeinere Merkmale sozialen Verhaltens bzw. sozialer Fertigkeiten. Ein Kennzeichen ist die Fähigkeit zur Selbst-Darstellung, d.h. die Übermittlung einer bestimmten Konzeption seiner Person zu dem Interaktionspartner. Diese Selbst-Darstellung ist notwendig, da der Partner genügend von einem wissen muß, um angemessen reagieren zu können. Ein zweites Merkmal sozialer Fertigkeiten bzw. sozialer Kompetenz ist die Fertigkeit, eine Interaktion aufrechtzuerhalten und sie in eine gewünschte Richtung lenken zu können.

Hierzu zählen Komponenten wie Errichtung und Aufrechterhaltung freundschaftlicher Beziehungen, kooperativ und hilfsbereit sein, klar zu kommunizieren und andere Personen zu überzeugen, etwas zu machen.

Eine detailliertere Begriffsbestimmung sozialer Fertigkeiten nehmen RINN & MARKLE (1979) vor, indem sie eine sicher nicht erschöpfende Taxonomie sozialer Fertigkeiten vorlegen (Übers. vom Verf.):

1. Selbst-Ausdrucks-Fertigkeiten
 - a) Ausdruck von Gefühlen wie Traurigkeit und Freude
 - b) Ausdruck von Meinungen
 - c) Komplimente annehmen
 - d) Positives über sich selbst äußern
2. Fertigkeiten zur Bestärkung anderer
 - a) Positives über einen besten Freund äußern
 - b) aufrichtige Zustimmung zur Meinung eines anderen äußern
 - c) andere loben
3. Assertive Fertigkeiten
 - a) Einfache Bitten stellen
 - b) Der Meinung eines anderen nicht zustimmen
 - c) Unangemessene Wünsche ablehnen
4. Kommunikations-Fertigkeiten
 - a) sich unterhalten
 - b) interpersonelles Problemlösen

Diese Gliederung sozialer Fertigkeiten in vier Kategorien macht deutlich, daß das Konstrukt der Selbstsicherheit in neueren Konzepten erweitert wird in Richtung auf kompetentes Verhalten in sozialen Interaktionen.

Das direkte "selbstbehauptende" Verhalten, d.h. die Durchsetzung eigener Rechte und Forderungen, das in früheren Konzepten oft im Vordergrund stand, tritt hier zurück neben andere, eher positive und die Interaktion fördernde Verhaltensklassen.

Angesichts dieser Bedeutungserweiterung kommen LINEHAN & EGAN (1979) zu der Schlußfolgerung, daß das Konstrukt der Selbstsicherheit seine Nützlichkeit verloren hat.

Sie plädieren dafür, stärker eingegrenzte, eindimensionale Verhaltensklassen zu kennzeichnen, die unter dem allgemeinen Konstrukt der sozialen Fertigkeiten subsumiert werden können. Hierdurch könnte die Begriffsverwirrung, die mit dem Begriff Selbstsicherheit verbunden ist, zumindest ansatzweise aufgehoben werden und die Vergleichbarkeit verschiedener Untersuchungen, die sich mit Selbstsicherheit befassen, gesteigert werden.¹

Die Kennzeichnung selbstsicheren Verhaltens als soziale Fertigkeiten macht noch eine andere Entwicklung neuerer Ansätze deutlich. Während in früheren Modellen Selbstsicherheit hauptsächlich durch bestimmte verbale und motorische Verhaltensklassen gekennzeichnet wurde, werden in neueren Ansätzen komplexere Fertigkeits- und Handlungsmodelle zugrunde gelegt (z.B. WENDLANDT & HOEFERT, 1976; TROWER, 1979).

Beeinflusst wurde diese Entwicklung durch soziale Fertigkeits-Modelle (ARGYLE & KENDON, 1967) und Handlungssteuerungs-Modelle (z.B. MILLER, GALANTER & PRIBRAM, 1973).

¹In unserer Arbeit wollen wir den Begriff Selbstsicherheit in seiner erweiterten Bedeutung verwenden. Wir werden daher die Begriffe Selbstsicherheit, soziale Kompetenz und soziale Fertigkeiten weitgehend synonym verwenden.

Ein wesentliches Merkmal derartiger Ansätze, auf die wir später noch eingehen werden, besteht darin, daß soziale Fertigkeiten als eine organisierte Struktur von sensorischen, zentralen, d.h. informations-verarbeitenden, und motorischen Mechanismen betrachtet werden. Das Konstrukt "selbstsicheres Verhalten" wird also ausgeweitet auf kognitive Prozesse.

Noch einen Schritt weiter geht LINEHAN (1979), die kognitive Fertigkeiten und Erregungs-Bewältigungs-Fertigkeiten in die Definition selbstsicheren Verhaltens miteinbeziehen will. Ihre sehr weit gefaßte Begriffsbestimmung umfaßt verbale und nonverbale motorische Verhaltensweisen (z.B. Blickkontakt, Forderungen ablehnen), kognitive Fertigkeiten (z.B. korrekte Wahrnehmung) sowie Erregungs-Bewältigungs-Fertigkeiten (z.B. entspannte Atmung).

Es gibt eine Reihe von Untersuchungen, die sich mit der Bedeutung einzelner kognitiver Prozesse im Zusammenhang mit selbstsicherem Verhalten beschäftigt haben. Die Forschungen hierzu sind jedoch noch nicht so weit fortgeschritten, daß alle kognitiven Prozesse spezifiziert werden könnten, die als Elemente sozialer Fertigkeiten relevant sind. Außerdem liegt kein ausgearbeitetes theoretisches Modell vor, in das die bisher untersuchten kognitiven Prozesse eingeordnet werden könnten. Die vorliegenden Ansätze gehen daher oft über eine Aufzählung bekannter oder in anderen Zusammenhängen relevanter kognitiver Prozesse nicht hinaus, ohne ihren speziellen Stellenwert im Rahmen sozialer Fertigkeiten bestimmt zu haben (z.B. BELLACK, 1979).

Während die Entwicklung komplexerer Handlungs-Modelle der Selbstunsicherheit erst in den Anfängen steckt, werden bereits Stimmen laut (z.B. CURRAN, 1979) die diese Begriffserweiterung kritisieren, obwohl sie die Bedeutung kognitiver Prozesse anerkennen.

Sie möchten jedoch das Konstrukt sozialer Fertigkeiten auf motorisches und verbales Verhalten beschränkt wissen wollen, da sie sonst die Gefahr sehen, daß jegliches menschliches Verhalten unter diesem Konstrukt subsumiert werden kann.

2.3. Zusammenfassung

Betrachtet man die Definitionen und Begriffsbestimmungen zum Konstrukt der Selbstsicherheit, so lassen sich trotz der Unterschiedlichkeiten und der Verwirrung, die in diesem Bereich herrscht, einige wesentliche Elemente zusammentragen, die den meisten Ansätzen gemeinsam sind:

1. Selbstsicherheit umfaßt eine Reihe von allgemeinen Verhaltensklassen oder -dimensionen wie unberechtigte Wünsche ablehnen, Forderungen stellen, eigene Rechte durchsetzen etc. .
Neben diesen primär assertiven Fertigkeiten sind Selbst-Ausdrucks-Fertigkeiten (z.B. Ausdruck von Gefühlen, Meinungen), Fertigkeiten zur Bestärkung anderer (z.B. andere loben, Zustimmung äußern) und Kommunikations-Fertigkeiten (z.B. Gespräche führen) wichtig (vgl. RINN & MARKLE, 1979).
Diese Bedeutungserweiterung des Konstruktes Selbstsicherheit läßt es sinnvoll erscheinen, den Begriff "soziale Fertigkeiten" zu verwenden, unter dem die einzelnen Verhaltensklassen subsumiert werden können.
2. Selbstsicherheit umfaßt eine Reihe von enger eingegrenzten motorischen, nonverbalen und paralinguistischen Verhaltens-Komponenten wie Körperhaltung, Blickkontakt, Lautstärke etc.

Die Funktion und Bedeutung dieser verschiedenen Elemente ist jedoch noch nicht genügend geklärt.

3. Selbstsicherheit stellt eine Reihe von gelernten Fertigkeiten dar, deren Konfiguration und Angemessenheit jeweils situationsspezifisch bestimmt werden muß. Die Konzeptualisierung selbstsicheren Verhaltens sollte sowohl Verhaltens-, Personen- als auch Situationsparameter berücksichtigen. Die bisherigen Modelle zeigen große Gemeinsamkeiten hinsichtlich der drei Parameter auf, ohne daß jedoch eine endgültige Taxonomie aufgestellt werden könnte.
4. Selbstsicherheit wird als effektives Verhalten in sozialen Situationen oder noch allgemeiner als "effektives soziales Problemlösen" (HEIMBERG et al., 1977) betrachtet. Das Kriterium der Effektivität läßt sich danach differenzieren, ob die Ziele der Reaktion erreicht werden (objektive Effektivität), ob die Beziehung zu anderen Personen aufrecht erhalten wird (Beziehungs-Effektivität) und ob die Selbstachtung aufrecht erhalten wird (Selbst-Achtungs-Effektivität) (LINEHAN & EGAN, 1979).
Die Bedeutung und gegenseitige Gewichtung dieser drei Aspekte ist noch nicht genügend geklärt. Die Annahme, daß Individuen je nach Situation die Wichtigkeit einschätzen und entsprechend ihr Verhalten auswählen, erscheint uns als Bestandteil einer allgemeinen Begriffsbestimmung noch unzureichend.
5. Selbstsicherheit wird als eine Reihe komplexer Fertigkeiten betrachtet, die sich aus sensorischen, zentralen und motorischen Komponenten zusammensetzen.

Das bedeutet, daß neben den mehr oder weniger eingegrenzten Verhaltensklassen und Verhaltensweisen kognitive Prozesse der Informationsaufnahme und -verarbeitung mit eingeschlossen werden. Die Bedeutung und Funktion kognitiver Prozesse für das Konstrukt der Selbstsicherheit wurde bisher jedoch nur partiell untersucht, und die Entwicklung komplexerer Handlungsmodelle steht noch am Anfang.

3. Theoretische Modelle zur Erklärung von Selbstunsicherheit

In der Literatur gibt es eine Reihe unterschiedlicher theoretischer Modelle zur Erklärung von Selbstunsicherheit oder mangelnder sozialer Kompetenz. Wie bereits erwähnt, ist die klinisch-psychologische Forschung sowie die therapeutische Arbeit im Bereich Selbstunsicherheit weitgehend durch lerntheoretische bzw. verhaltenstherapeutische Ansätze bestimmt. Von daher handelt es sich auch bei den vorherrschenden Erklärungsmodellen überwiegend um lerntheoretische Modelle bzw. um neuere kognitive Ansätze, die im Rahmen der sogenannten "kognitiven Wende in der Verhaltenstherapie" entwickelt wurden.

Die Entwicklung angemessener Erklärungsmodelle für Selbstunsicherheit ist nicht allein aus theoretischen Gründen notwendig, sondern besitzt unmittelbare praktische Relevanz. Denn je nachdem, welches Modell zur Ätiologie und Aufrechterhaltung selbstunsicheren Verhaltens angenommen wird, werden unterschiedliche therapeutische Methoden ausgewählt, die in den Selbstsicherheitstrainings zur Erreichung selbstsicheren Verhaltens angewendet werden.

Wir wollen im folgenden die verschiedenen theoretischen Modelle darstellen und auf die wichtigsten näher eingehen.

3.1. Angst-Hemmungs-Modell

Die Hypothese, die diesem theoretischen Erklärungsmodell zugrunde liegt, besagt, daß selbstunsichere Personen zwar die notwendigen Fertigkeiten besitzen, aber die Ausführung selbstsicheren Verhaltens durch soziale Angst gehemmt wird.

Die soziale Angst ist das Ergebnis von realen oder stellvertretenden klassischen Konditionierungen, in denen ehemals neutrale Reize sozialer Interaktionen mit aversiven Stimuli gekoppelt wurden (CURRAN, 1977). Wird die Person nun mit gleichen oder ähnlichen sozialen Situationen konfrontiert, so entsteht Angst, die zu beeinträchtigtem Verhalten, Flucht oder Vermeidung führt (GALASSI & GALASSI, 1979a). Eine therapeutische Veränderung in Richtung gesteigerter Selbstsicherheit muß dementsprechend als primäres Ziel den Abbau sozialer Angst anstreben.

Die Entwicklung dieses Angst-Hemmungs-Modells geht auf die Arbeiten von WOLPE (1958, 1972) und WOLPE & LAZARUS (1966) zurück. Sie gehen davon aus, daß bei selbstunsicheren Patienten "deren zwischenmenschlichen Beziehungen unangepaßte Angstreaktionen verursachen, welche sie hinwiederum davon abhalten, das zu sagen oder zu tun, was vernünftig oder gerechtfertigt ist" (WOLPE, 1972, S.76).

Diese Hemmung angepaßten Verhaltens und angemessener Gefühlsäußerungen soll durch die Ausführung selbstbehauptender Reaktionen aufgehoben werden. Es wird angenommen, daß einerseits eine reziproke Hemmung der Angst stattfindet, andererseits das motorische Verhalten selbst durch die Konsequenzen, wie z.B. Kontrolle einer sozialen Situation, Angstabbau oder Anerkennung durch den Therapeuten, operant verstärkt wird (WOLPE, 1972).

Die Hypothese der Angst-Hemmung ist in zahlreichen Konzepten der Selbstsicherheit und in therapeutischen Programmen enthalten.

So wurden in mehreren Therapiestudien zum Selbstsicherheitstraining verschiedene Angstmaße wie Puls-Rate, galvanische Hautreaktion etc. zur Erfolgsmessung eingesetzt (McFALL & MARSTON, 1970; McFALL & LILLESAND, 1971; McFALL & TWENTYMAN, 1973). Obwohl die Ergebnisse nicht einheitlich waren, zeigte sich doch gewöhnlich ein Angstabbau in Verbindung mit erhöhter Selbstsicherheit.

Noch deutlicher zeigt sich die Angst-Hemmungs-Hypothese in Therapiestudien, deren primäres Ziel der Angstabbau durch Verfahren wie die systematische Desensibilisierung ist (THORPE, 1975; WEINMAN, GELBART, WALLACE & POST, 1972; BANDER, STEINKE, ALLEN & MOSHER, 1975; TROWER, YARDLEY, BRYANT & SHAW, 1978; MITCHELL & ORR, 1974; CURRAN & GILBERT, 1975).

Aus den Therapiestudien lassen sich jedoch, wie bereits angesprochen, nur indirekt Rückschlüsse auf das theoretische Modell ziehen.

So machen GALASSI & GALASSI (1979a) darauf aufmerksam, daß die therapeutische Effektivität, die Wirkmechanismen und die Verursachung drei unterschiedliche Aspekte darstellen: "Die Tatsache, daß ein sogenannter Angst-Reduktions-Ansatz Verbesserungen produziert, begründet weder, daß die Veränderung ein Ergebnis von Angst-Gegenkonditionierung war, noch beweist es die Hypothese, daß Angst ursprünglich das Problem herbeigeführt hat" (S.162; Übers. vom Verf.).

Die Ergebnisse dieser Arbeit sind zudem widersprüchlich und liefern keine eindeutige Unterstützung für die Hypothese der Angst-Hemmung.

So konnte THORPE (1975) zwar zeigen, daß die Methode der systematischen Desensibilisierung zu einer Reduzierung hinsichtlich der Selbsteinschätzung der Angst führte, jedoch erwies sie sich hinsichtlich der

Steigerung selbstsicheren Verhaltens als weniger effektiv als ein Verhaltenstraining oder eine kognitive Methode zur Veränderung der Selbstinstruktionen.

In ähnlicher Weise konnten TROWER et al. (1978) keine deutlichen Unterschiede zwischen systematischer Desensibilisierung und Verhaltensübung bei sozial-phobischen Klienten feststellen.

WEINMAN et al. (1972) fanden sogar weder eine Verbesserung des selbstsicheren Verhaltens durch systematische Desensibilisierung noch eine differentielle Angstreduktion im Vergleich zu anderen Therapiemethoden. Diese Ergebnisse können jedoch zum Teil durch Variablen der speziellen Untersuchungspopulation (chronisch Schizophrene) bedingt sein.

Für den speziellen Bereich der Unsicherheit im Kontakt mit dem anderen Geschlecht, auch hetero-soziale Angst oder Kontaktangst genannt, sind die Ergebnisse der empirischen Arbeiten, in denen die systematische Desensibilisierung eingesetzt wurde, ähnlich uneindeutig.

Zwar erweist sich die systematische Desensibilisierung im Vergleich zu Kontrollgruppen als erfolgreich in der Reduzierung von Angstreaktionen (MITCHELL & ORR, 1974), sie ist jedoch hinsichtlich der Angstreduzierung nicht effektiver als ein reines Verhaltenstraining (CURRAN & GILBERT, 1975). Ebenso kann eine systematische Desensibilisierung die Effektivität eines komplexen Verhaltenstrainings weder hinsichtlich verschiedener Angst-Indizes noch Verhaltens-Indizes steigern, was zu der Schlußfolgerung führt, daß die Desensibilisierung nur eine überflüssige Zugabe darstellt (BANDER et al., 1975).

Es gibt nur wenige empirische Arbeiten, in denen direkt untersucht wurde, ob spezifische physiologische Angst-Indizes (Puls bzw. Herzschlag) zwischen selbstsicheren und selbstunsicheren Personen differenzieren können. (BORKOVEC, STONE, O'BRIEN & KALOUPEK, 1974; TWENTYMAN & McFALL, 1975; SCHWARTZ & GOTTMAN, 1976) Obwohl sich die kompetenten von den nicht-kompetenten Personen durchgängig in den Selbst-Einschätzungen der Angst unterscheiden, konnten nur BORKOVEC et al. (1974) und TWENTYMAN & McFALL (1975) Unterschiede bezüglich der physiologischen Parameter feststellen.

Der in den wenigen Fällen gefundene Zusammenhang von selbstunsicherem Verhalten und verschiedenen Angst-Indizes gibt jedoch noch keine Antwort auf die Frage nach Ursache und Wirkung. Ein korrelativer Zusammenhang kann nicht darüber entscheiden, ob das Verhalten durch Angst gehemmt wird oder ob das fehlende Verhalten zu Angst führt; oder um es wie McFALL (1976) auszudrücken, ob der Satz "Ich kann nicht, weil ich Angst habe" oder der Satz "Ich habe Angst, weil ich nicht kann" zutrifft.

Insgesamt gesehen sind die empirischen Befunde zur Angst-Hemmungs-Hypothese widersprüchlich und können keine eindeutige Bestätigung liefern. So zeigt sich in vielen Therapiestudien, daß ein Abbau der Angst nicht automatisch zu selbstsicherem Verhalten führt. Dies spricht dafür, daß noch andere Bedingungs-Faktoren von Bedeutung sind.

In ähnlicher Weise kommen HERSEN, EISLER & MILLER (1973) zu der Einschätzung, daß die Daten der klinischen experimentellen Berichte dafür sprechen, daß viele der selbstunsicheren Klienten die relevanten verbalen und nonverbalen Verhaltensweisen nie gelernt haben.

Unabhängig von der geringen empirischen Bestätigung ist die Angst-Hemmungs-Hypothese auch auf theoretischer Ebene kritisiert worden. Insbesondere WOLPE's (1958, 1972) Modell der reziproken Hemmung der Angst durch selbstbehauptende Reaktionen ist als theoretisch unzulänglich betrachtet worden (im Überblick s. ZIMMER, 1978).

Auf einer noch allgemeineren Ebene kritisiert McFALL (1976) jegliches Hemmungs-Modell, da es auf der unüberprüfaren Hypothese aufbaut, daß das gewünschte Verhalten im Repertoire des Individuums vorhanden ist. Da es jedoch nicht möglich sei, die latenten Verhaltensweisen einer Person zu bestimmen, sei es praktikabler und weniger mit Fehlern behaftet, davon auszugehen, daß die einzigen Reaktionen, die ein Individuum hat, diejenigen sind, die man beobachten kann. Demnach ist es sinnvoller, anzunehmen, daß eine Person, die ein bestimmtes Verhalten nicht zeigt, diese Reaktionen nicht gelernt hat bzw. nicht mehr im Verhaltensrepertoire hat.

Obwohl die weiteren Argumente, die McFALL (1976) gegen die Hemmungs-Modelle anführt, unserer Meinung nach nicht alle stichhaltig sind, macht sein Artikel deutlich, daß die Angst-Hemmungs-Hypothese nur dann sinnvoll ist, wenn deutliche Anzeichen dafür bestehen, daß das Verhalten im Repertoire des Individuums vorhanden ist.

3.2. Verhaltens-Defizit-Modell

Die Grundannahme der Verhaltens- oder auch Fertigkeiten-Defizit-Hypothese besagt, daß das selbstsichere Verhalten nicht im Repertoire des Individuums vorhanden ist.

Für ein Verhaltens-Defizit kann es im allgemeinen verschiedene Gründe geben:

"Mangel an Erfahrung oder Lernmöglichkeiten; fehlerhaftes Lernen als Ergebnis untypischer oder schlechter Erfahrungen; Veralterung einer ehemals angepaßten Reaktion; Lernunfähigkeit aufgrund biologischer Dysfunktionen oder traumatischer Ereignisse wie Verletzungen oder Krankheiten, die frühere Lernerfahrungen zunichte machen oder neue Lernerfahrungen verhindern" (McFALL, 1976, S.232; Übers. vom Verf.).

Für ein Defizit an selbstsicheren Verhaltensweisen können mehrere dieser Bedingungen im Einzelfall verantwortlich sein.

Ein Fertigkeiten-Defizit bedeutet nicht unbedingt, daß die Person keinerlei notwendige Verhaltensweisen besitzt. Eine Person mag die erforderlichen Basisreaktionen und -komponenten, wie ausreichender Wortschatz, Körperhaltung etc., in gewissem Ausmaß besitzen, hat jedoch nicht gelernt, diese Komponenten in der richtigen Weise zu kombinieren und anzuordnen, um eine selbstsichere Verhaltensweise zu produzieren (LINEHAN, 1979).

Die Verhaltens-Defizit-Hypothese kann auch eine Erklärung für die Berichte von selbstunsicheren Personen über Angst in interpersonalen Situationen liefern.

Aufgrund des mangelnden Verhaltensrepertoires kann das Individuum den Anforderungen der Situation nicht angemessen genügen und erlebt eine aversive Situation, die dann Angst auslöst (CURRAN, 1977). Anders als unter der Angst-Hemmungs-Hypothese wird die soziale Angst hier also als Konsequenz eines unzureichenden Verhaltensrepertoires erklärt.

In dem Verhaltens-Defizit-Modell hat eine therapeutische Veränderung in Richtung vermehrter Selbstsicherheit als primäres Ziel, dem Klienten die fehlenden Reaktionsfertigkeiten beizubringen. Dies geschieht durch direktes Training selbstsicherer Verhaltensweisen.

Als therapeutische Techniken werden hierzu in den Selbstsicherheitstrainings Verhaltensübung oder Rollenspiel, Modellernen, Coaching, Rückmeldung und Verstärkung, Instruktionen u.ä. eingesetzt.

(Einen Überblick hierzu geben z.B. TWENTYMAN & ZIMMERING, 1979; RICH & SCHROEDER, 1976; GALASSI & GALASSI, 1978). Die therapeutische Effektivität der o.g. Techniken hinsichtlich des Aufbaus selbstsicheren Verhaltens konnte in vielen Therapie- und Analog-Studien demonstriert werden. Zahlreiche Arbeiten befassen sich zudem mit differentiellen Effekten einzelner Techniken bzw. mit den Wirkungen verschiedener Kombinationstrainings (Im Überblick s. CURRAN, 1977; HERSEN, EISLER & MILLER, 1973).

Die therapeutische Wirksamkeit der Techniken kann jedoch nur indirekt die Verhaltens-Defizit-Hypothese unterstützen (s. GALASSI & GALASSI, 1979a).

Direktere empirische Bestätigung können Untersuchungen liefern, in denen versucht wird, die spezifischen Verhaltensdefizite bei selbstunsicheren Personen zu identifizieren.

Der Versuchsaufbau derartiger Untersuchungen sieht gewöhnlich so aus, daß zahlreiche Verhaltenskomponenten daraufhin überprüft werden, ob sie zwischen selbstsicheren und selbstunsicheren Personen differenzieren.

Wir werden weiter unten auf die einzelnen empirischen Untersuchungen näher eingehen. Es kann jedoch jetzt schon festgestellt werden, daß die Ergebnisse keineswegs einheitlich sind und keine eindeutige Bestätigung der Verhaltens-Defizit-Hypothese erbringen.

In ähnlicher Weise kommen TWENTYMAN & ZIMMERING (1979) zu dem Schluß, daß eine empirische Bestätigung differentieller Fertigkeits-Defizite in der Literatur faktisch nicht vorhanden ist.

Trotzdem ist das Fertigkeits-Defizit-Modell in zahlreichen Modellen der Selbstsicherheit und therapeutischen Trainings enthalten und ist sogar zu dem wohl am meisten verbreiteten Erklärungsmodell selbstunsicheren Verhaltens geworden.

Eine Erklärung hierfür mag darin liegen, daß die Annahme eines Verhaltens-Defizits praktikabler ist und ein geringeres Fehlerrisiko bedeutet als die Annahme eines Verhaltenssexzesses, nämlich die Angst, wie in der Angst-Hemmungs-Hypothese. Wie McFALL (1976) darlegt, läßt sich nahezu jedes Problem als Verhaltenssexzess oder Verhaltensdefizit konstruieren. Die Hypothese eines Verhaltenssexzesses, in unserem Fall die soziale Angst, umfaßt jedoch gleichzeitig die schwer überprüfbare Annahme, daß das angemessene Verhalten im Repertoire der Person vorhanden ist.

"Deshalb ist es, von dem praktischen Standpunkt aus, Fehler zu minimieren und Behandlungserfolge zu maximieren, in jedem Fall das Beste, die konservative Annahme zu machen, daß die gewünschte Reaktion nicht im Repertoire des Klienten vorhanden ist" (McFALL, 1976, S.234; Übers. vom Verf.; Unterstreichung im Original kursiv).

Dies kann zwar zu dem gegenteiligen Fehler führen, daß eine tatsächlich vorhandene Reaktion als nicht-vorhanden angenommen wird, jedoch sind die Konsequenzen weniger negativ, da ein Training in Verhaltensweisen, die bereits beherrscht werden, wahrscheinlich nicht nachteilig ist.

3.3. Kognitives-(Hemmungs-)Modell¹

Die Grundannahme, die allen kognitiven Erklärungsmodellen zugrunde liegt, besagt, daß selbstunsichere Personen zwar das selbstsichere Verhalten in ihrem Repertoire haben, jedoch an der Ausführung des Verhaltens durch vermittelnde kognitive Prozesse gehindert werden. Der Mechanismus, der zu dieser Hemmung des Verhaltens durch kognitive Prozesse führt, wird jedoch in den einzelnen Modellen unterschiedlich erklärt.

Auf der einen Seite gibt es Ansätze, die davon ausgehen, daß durch die kognitive Bewertung einer Situation die emotionale Reaktion auf dieses Ereignis bestimmt wird. Konkret bedeutet das, daß unrealistische Bewertungen oder negative Selbstverbalisationen zu unangemessenen emotionalen Reaktionen wie z.B. Angst führen. Diese soziale Angst wiederum hemmt die Ausführung selbstsicheren Verhaltens oder führt zu Vermeidungsverhalten.

Derartige kognitive Modelle (z.B. WOLFE & FODOR, 1977) beziehen sich bei der Erklärung der Entstehung emotionaler Reaktionen auf die kognitiven Theorien von MEICHENBAUM (1977) oder ELLIS (1977a).

¹Durch die Schreibweise "Kognitives-(Hemmungs-)Modell" soll deutlich gemacht werden, daß unterschiedliche Annahmen über die Mechanismen bestehen, wie durch Kognitionen die Ausführung des Verhaltens verhindert wird, z.B. ob hemmende emotionale Reaktionen mit beteiligt sind oder nicht.

Die Funktion kognitiver Prozesse besteht dabei darin, daß sie zu Angstreaktionen führen, die dann erst das selbstsichere Verhalten hemmen. Damit stellen diese Modelle eine Weiterentwicklung der Angst-Hemmungs-Hypothese dar.

Daneben gibt es Ansätze, in denen auf die Annahme sozialer Angst verzichtet wird. Kognitive Prozesse werden hier beispielsweise unter dem Aspekt betrachtet, daß selbstunsichere Personen unangemessene Normen und Regeln darüber besitzen, wann selbstsicheres Verhalten erforderlich ist und wann es annehmbar ist, wodurch die Ausführung selbstsicheren Verhaltens verhindert wird (s. LINEHAN, 1979).

Andere Modelle wiederum zählen nur verschiedene kognitive Prozesse wie negative Selbstbewertung, überhöhte Verhaltensstandards, unrealistische Erwartungen, irrationale Bewertungen, fehlerhafte Wahrnehmungen oder Fehlinterpretationen von Feedback auf, die dazu führen, daß Individuen entweder das selbstsichere Verhalten nicht ausführen oder ihr Verhalten unterschätzen.

Dies kann dann zu Angst, weiterer Unterschätzung oder Vermeidungsverhalten führen (z.B. GALASSI & GALASSI, 1979a; CURRAN, 1979).

Hier wird die Erklärung, wie es zu einer Hemmung des Verhaltens durch kognitive Prozesse kommt, relativ offen gehalten. Es wird einerseits angenommen, daß unangemessene kognitive Prozesse, z.B. fehlerhafte Wahrnehmung, direkt zu selbstunsicherem Verhalten führen können, andererseits aber auch die Möglichkeit mit eingeschlossen, daß soziale Angst mit beteiligt ist, die dann wiederum selbstsicheres Verhalten hemmt.

CURRAN (1979) macht darauf aufmerksam, daß in einigen Ansätzen diese kognitiven Prozesse als Teil der sozialen Fertigkeiten und nicht als getrennte Prozesse betrachtet werden. Diese mangelnde Unterscheidung zwischen ätiologischen Bedingungen und dem entsprechenden Problemverhalten wird u.E. beispielsweise in dem Konzept von ULLRICH DE MUYNCK & FORSTER (1974) deutlich. So erweitern sie einerseits das Konzept der Selbstunsicherheit "bis in die Bereiche der subjektiven Einstellung zu sich selbst und zu den eigenen Verhaltensweisen anderen gegenüber" (S.352) betonen aber andererseits, daß "das abgewertete Selbstbild eine wichtige Rolle spielt, da es mit eine Bedingung des gestörten Verhaltens darstellt" (S.352). Hier wird deutlich, daß die mit dem Oberbegriff "Einstellung zu sich selbst" gekennzeichneten kognitiven Komponenten sowohl als Teile des Konstruktes Selbstunsicherheit als auch als Bedingungen für das Auftreten selbstunsicheren Verhaltens betrachtet werden.

Die in den kognitiven Modellen vorhandenen unterschiedlichen Erklärungen darüber, wie kognitive Prozesse und Selbstunsicherheit zusammenhängen, sind auch in den kognitiven Therapieansätzen wiederzufinden. Entsprechend kommt LINEHAN (1979) zu der Schlußfolgerung, daß zwar das Grundprinzip der meisten kognitiven Selbstsicherheitstrainings darin besteht, daß eine Veränderung der kognitiven Bewertungen zu einer Reduzierung der sozialen Angst führt, daß aber das Vorhandensein von Angst keine notwendige Annahme ist, um die Wirksamkeit der Therapien zu erklären.

Die Unterschiedlichkeit der Erklärungsmodelle macht unserer Ansicht nach zugleich deutlich, daß bisher kein allgemeines kognitives Modell existiert, wie kognitive Prozesse und selbstunsicheres Verhalten funktional zusammenhängen.

Auch die Forderung von GALASSI & GALASSI (1978) nach einer breiter gefaßten Konzeptualisierung von Selbstunsicherheit auf der Basis der sozialen Lerntheorie (BANDURA, 1969, 1979) kann u.E. nur als Anregung verstanden werden, jedoch auch noch kein ausformuliertes theoretisches Modell liefern.

Trotz der unterschiedlichen Erklärungsmodelle ist die Bedeutung kognitiver Prozesse für selbstunsicheres Verhalten weithin anerkannt. Indirekte Unterstützung erhalten die Modelle durch die Effektivitätsnachweise kognitiver Therapieansätze. Es gibt auch eine Reihe von empirischen Untersuchungen, in denen direkt kognitive Prozesse daraufhin überprüft wurden, ob sie zwischen selbstsicheren und -unsicheren Personen differenzieren können. Wir werden weiter unten auf diese Arbeiten näher eingehen. Wie bereits erwähnt, können derartige Untersuchungen, die korrelative Zusammenhänge zwischen kognitiven Prozessen und Selbstunsicherheit finden, keine Aussage über Ursache und Wirkung machen, sondern nur eine indirekte Bestätigung für die Angemessenheit eines kognitiven Modells liefern. So kommen beispielsweise GALASSI & GALASSI (1979a) in ihrem Überblick über Arbeiten zu Selbstunsicherheit im Kontakt mit dem anderen Geschlecht (hetero-soziale Angst) zu der Schlußfolgerung, daß "mehr darauf hindeutet, daß hetero-soziale Probleme durch kognitive Fertigkeits-Defizite charakterisiert (nicht notwendigerweise verursacht) sind als durch Defizite in Verhaltensfertigkeiten" (S.176; Übers. vom Verf.).

3.4. Weitere Erklärungsmodelle

Neben den bisher dargestellten Erklärungsmodellen der Selbstunsicherheit gibt es noch eine Reihe weiterer Erklärungshypothesen, die jedoch in der bisherigen Forschung von geringerer Bedeutung geblieben sind.

Fehlerhafte Diskriminierung

Diese Hypothese geht davon aus, daß selbstunsichere Personen zwar die notwendigen Verhaltensweisen in ihrem Repertoire haben, jedoch nicht wissen, wie sie ihre Fertigkeiten in bestimmten Situationen anwenden sollen. Das bedeutet, daß sie nicht richtig diskriminieren können zwischen Situationen, in denen selbstsicheres Verhalten angemessen und effektiv ist, und Situationen, in denen es nicht angebracht und ineffektiv ist. Als Konsequenz entstehen ineffektive Versuche, sich selbstsicher zu verhalten, mit nachfolgender Löschung des Verhaltens in allen Situationen (LINEHAN & EGAN, 1979). Eine therapeutische Veränderung würde primär darauf abzielen, die Diskriminierungsfähigkeit der Person zu verbessern.

Die Hypothese der fehlerhaften Diskriminierung ist nicht unbedingt ein eigenständiges Erklärungsmodell, sondern läßt sich auch als spezielle Variante des Verhaltens-Defizit-Modells oder des kognitiven-(Hemmungs)-Modells begreifen. Denn beide Modelle nehmen an, daß das Individuum möglicherweise keine Diskriminationsfertigkeiten hat (LINEHAN, 1979). Ein Verhaltens-Defizit kann bedeuten, daß bestimmte Reaktionen aufgrund mangelnder Diskriminationsfertigkeit nicht situationspezifisch gelernt wurden und somit bei bestimmten Hinweisreizen nicht vorhanden sind.

Ebenso können im kognitiven Modell unangepaßte kognitive Prozesse darin bestehen, daß die selbstunsichere Person falsche Regeln oder Bewertungen darüber hat, welches Verhalten in welchen Situationen angemessen und effektiv ist.

Ungünstige Lerngeschichte

Diese lerntheoretisch orientierte Hypothese geht davon aus, daß eine selbstunsichere Person zwar die notwendigen Fertigkeiten besitzt, daß aber aufgrund früherer Lernerfahrungen inadäquate oder sozial unangemessene Verhaltensweisen eine höhere Auftretenswahrscheinlichkeit haben (CURRAN, 1979).

Diese Hypothese läßt sich hauptsächlich zur Erklärung aggressiven Verhaltens einsetzen, das unter bestimmten Bedingungen größere Verstärkung bzw. Selbstverstärkung erzielen kann als selbstsicheres Verhalten. Die Erklärungskraft dieser Hypothese ist u.E. aber wohl auf wenige Fälle beschränkt, da anzunehmen ist, daß der Verstärkungswert selbstsicheren Verhaltens im allgemeinen größer ist als der von selbstunsicherem oder auch aggressivem Verhalten.

Hospitalisierung

Diese Hypothese nimmt an, daß Defizite an selbstsicherem Verhalten als Folge von Hospitalisierung auftreten können. Durch den Nichtgebrauch sozialer Verhaltensweisen im Anstaltsleben gehen die sozialen Fertigkeiten verloren, die vielleicht vorher vorhanden waren. Dies Erklärungsmodell ist aus der Arbeit mit chronisch psychiatrischen Patienten entstanden (HERSEN & BELLACK, 1977; BELLACK & HERSEN, 1977a) und soll auch nur für diesen Bereich gelten.

Es stellt jedoch auch kein eigenständiges Erklärungsmodell dar, sondern nur eine Variante der Verhaltens-Defizit-Hypothese.

Körperliche Attraktivität

Unter dieser Hypothese wird angenommen, daß selbst-unsicheres Verhalten direkt abhängig oder zumindest mitbedingt von der äußeren Erscheinung sein kann. Das bedeutet, daß körperlich attraktive Personen von ihrem Aussehen profitieren, d.h. mehr Kontakte knüpfen können, ihre sozialen Fertigkeiten verfeinern können, von anderen Menschen mehr geschätzt werden etc. (s. ARKOWITZ, 1977; GALASSI & GALASSI, 1979a).

Dies Erklärungsmodell läßt sich hauptsächlich auf den Bereich der Selbstunsicherheit im Kontakt mit dem anderen Geschlecht (hetero-soziale Probleme) anwenden. Obwohl die Hypothese unter sozialpsychologischen Gesichtspunkten zutreffen mag, erscheint uns ihre Bedeutung für den klinischen Bereich doch fraglich. Für den therapeutischen Bereich bieten Hypothesen über "Ursachen" oder Bedingungen selbstunsicheren Verhaltens die Möglichkeit, die therapeutischen Interventionen zu verbessern, um auch die Bedingungen für das Auftreten von Problemen zu verändern. Der Faktor der körperlichen Attraktivität stellt jedoch eine Bedingung dar, die sich nur gering oder gar nicht verändern läßt.

Rationale Wahl

LINEHAN (1979) und LINEHAN & EGAN (1979) machen darauf aufmerksam, daß es häufig vorkommt, daß Personen sich aus rationalen Gründen dafür entscheiden, sich nicht selbstsicher zu verhalten. Zu den Gründen, die hier angeführt werden, zählen z.B. religiöse Überzeugungen, Sorge um die andere Person, Müdigkeit oder eine hohe Wahrscheinlichkeit negativer Konsequenzen.

Dies Erklärungsmodell für selbstunsicheres Verhalten trifft sicherlich in vielen Fällen zu. Seine Relevanz für den klinischen Bereich ist u.E. aber ebenfalls fraglich, da Personen, die sich aus rationalen Überlegungen gegen selbstsicheres Verhalten entscheiden, wohl kaum um therapeutische Hilfe bitten.

Therapeutisch relevant würde es dagegen, wenn die angeführten Gründe nur Rationalisierungen für andere Ursachen wie Angst, Verhaltens-Defizit oder unangepaßte Kognitionen sind. In diesem Fall würde aber auch die Hypothese der rationalen Wahl nicht mehr zutreffen, sondern es müßten andere Erklärungsmodelle herangezogen werden.

Eine therapeutische Arbeit hätte hier als erste Aufgabe, dem Klienten die Diskriminierung zu ermöglichen, wann die Entscheidung gegen selbstsicheres Verhalten frei gewählt ist und wann eher andere Gründe für das Fehlen selbstsicheren Verhaltens ausschlaggebend sind (LINEHAN, 1979).

3.5. Zusammenfassung

Die im letzten Abschnitt kurz dargestellten Erklärungsmodelle für selbstunsicheres Verhalten sind in der bisherigen Forschung und in den Therapieansätzen zum Problem Selbstunsicherheit nur wenig oder gar nicht berücksichtigt worden. Diese geringe Bedeutung kann u.E. einerseits daran liegen, daß die Erklärungskraft dieser Hypothesen relativ gering ist, da sie nur in wenigen Fällen oder unter ganz speziellen Bedingungen zutreffen. Ein anderer Grund mag darin liegen, daß sie sich bei genauerer Betrachtung teilweise als spezielle Varianten der Angst-Hemmungs-, der Verhaltens-Defizit- oder der kognitiven-(Hemmungs-)Hypothese begreifen lassen.

Diese drei Erklärungsmodelle tauchen in der Literatur immer wieder auf und werden auch in den meisten therapeutischen Ansätzen entweder allein oder in unterschiedlichen Kombinationen zur Begründung der Therapiemethoden herangezogen. Die Angst-Hemmungs-Hypothese hat dabei in neueren Ansätzen an Bedeutung verloren, was einerseits an der geringen empirischen Bestätigung liegen mag, andererseits wohl auch durch die bereits genannten allgemeineren Überlegungen bedingt ist.

Das Verhaltens-Defizit-Modell und das Kognitive-(Hemmungs-)Modell sind dagegen zu den vorherrschenden Erklärungshypothesen für selbstunsicheres Verhalten geworden und werden in vielen empirischen Arbeiten und Therapieansätzen als gleichwertige Erklärungsmodelle neben-
einandergestellt (z.B. LUDWIG & LAZARUS, 1972).

Wir wollen uns in den nächsten Kapiteln mit den empirischen Arbeiten, die zur Bestätigung dieser Hypothesen herangezogen werden können, näher beschäftigen, um zu prüfen, wieweit einerseits das lerntheoretische Verhaltens-Defizit-Modell durch empirische Belege wirklich unterstützt wird und wieweit andererseits kognitive Erklärungsansätze empirisch abgesichert sind.

4. Belege für das Verhaltens-Defizit-Modell

Zahlreiche Arbeiten haben sich damit beschäftigt, das Konstrukt der Selbstsicherheit/-unsicherheit durch Identifizierung relevanter Verhaltensdimensionen näher zu spezifizieren. In erster Linie geht es darum, spezielle Verhaltensweisen zu identifizieren, die spezifisch für selbstunsicheres Verhalten sind. Zu diesem Zweck werden die eher molaren Verhaltensklassen, wie "Wünsche äußern", "Forderungen ablehnen" oder "Gefühle äußern", weiter aufgegliedert in einzelne molekulare Verhaltenskomponenten wie Blickkontakt, Körperhaltung, Gestik, Mimik etc.

Es gibt eine Reihe verschiedener Möglichkeiten, relevante Verhaltenskomponenten eines Konstruktes zu spezifizieren (s. McFALL, 1976; GOLDFRIED & LINEHAN, 1977).

Eine nicht-empirische Methode besteht darin, daß die entsprechenden Verhaltensweisen durch Beschluß von Experten festgelegt werden.

Die Kriterien, nach denen die Festlegung erfolgt, bestehen in den Einschätzungen und Werthaltungen der Experten bzw. den Auffassungen, die allgemein in der Literatur über das Konstrukt bestehen. Obwohl diese Methode unter wissenschaftlichen Kriterien äußerst unzulänglich ist, wird sie im Bereich der Selbstunsicherheit oder sozialen Kompetenz häufig verwendet. Insbesondere in Therapiestudien und in der klinischen Durchführung von Selbstsicherheitstraining erfolgt die Festlegung relevanter Verhaltenskomponenten oft danach, welche Verhaltensweisen als allgemein üblich oder angemessen betrachtet werden (z.B. SERBER 1972).

Eine empirische Methode zur Spezifizierung relevanter Verhaltenskomponenten besteht darin, zwei Gruppen von Personen, die sich bezüglich des entsprechenden Konstruktes unterscheiden, hinsichtlich ihres Verhaltens in Situationen zu vergleichen.

Bei dieser "Methode der bekannten Gruppen" ("Known-Groups-Method"; McFALL, 1976) ist es notwendig, durch unabhängige Einschätzungen oder Messungen der Konstrukt-Ausprägung zwei Extremgruppen von Personen zu bilden, die sich in bezug auf das Konstrukt unterscheiden. Alle Verhaltensweisen, die zwischen den beiden Gruppen differenzieren, werden dann als relevante Verhaltenskomponenten des entsprechenden Konstruktes betrachtet.

Diese Methode wird in den meisten empirischen Untersuchungen verwendet, die sich mit der Identifizierung relevanter Verhaltenskomponenten des Konstruktes Selbstsicherheit/Selbstunsicherheit beschäftigen.

Die Identifizierung spezifischer Verhaltenskomponenten hat dabei mehrere Ziele.

Einmal lassen sich hier Verhaltens-Variablen gewinnen, die zur Messung von Selbstunsicherheit verwendet werden können. Diese Verhaltens-Maße können sowohl zur Bestimmung des Ausmaßes an Selbstunsicherheit als auch zur Veränderungsmessung bei therapeutischen Interventionen eingesetzt werden (z.B. EISLER, HERSEN & MILLER, 1973; ALDEN, SAFRAN & WEIDEMAN, 1978; CARMODY, 1978)

Unter dem Aspekt der Verhaltens-Defizit-Hypothese werden die spezifischen Verhaltenskomponenten, die zwischen selbstsicheren und selbstunsicheren Personen differenzieren, als Verhaltens-Defizite der Selbstunsicheren betrachtet.

Diese Verhaltensweisen werden dann als therapeutische Zielverhaltensklassen festgelegt, die mit selbstunsicheren Personen trainiert werden. Es wird angenommen, daß dadurch das Verhaltenstraining direkt die speziellen Verhaltens-Defizite beheben kann und somit die therapeutische Wirksamkeit entscheidend verbessert werden kann.

Die zugrunde liegende Schlußfolgerung, daß die identifizierten Verhaltenskomponenten selbstsicheren Verhaltens mit Verhaltensdefiziten gleichzusetzen sind, kann jedoch unserer Ansicht nach aus den Untersuchungen nicht direkt gezogen werden.

Die empirischen Studien sind nämlich nicht so angelegt, daß sie prüfen, ob bestimmte Verhaltensweisen im Repertoire vorhanden sind oder nicht. Vielmehr wird nach Verhaltenskomponenten gesucht, die zwischen selbstsicheren und selbstunsicheren Personen differenzieren können.

Wenn sich nun differenzierende Verhaltensweisen aufzeigen lassen, so beweist das unserer Ansicht nach noch nicht, daß das Verhalten im Repertoire der selbstunsicheren Personen fehlt. Es ist ebenso möglich, daß es in den Situationen aus bestimmten Gründen nicht gezeigt wird.

Aus den Untersuchungen läßt sich also direkt keine Aussage über "ursächliche" Bedingungen treffen, d.h. ob das Verhalten im Repertoire fehlt oder nur durch Angst oder kognitive Prozesse gehemmt wird.

Die Schlußfolgerung auf ein Verhaltensdefizit läßt sich u.E. nur indirekt ziehen. Wenn sich unter verschiedenen Situationsbedingungen ein konsistentes Muster an fehlenden oder mangelhaften Verhaltenskomponenten zeigt, das für selbstunsicheres Verhalten spezifisch ist, so legt das die Vermutung nahe, daß diese Verhaltensweisen nicht im Repertoire vorhanden sind.

4.1. Empirische Untersuchungen zu spezifischen Verhaltenskomponenten der Selbstunsicherheit

Entsprechend den Überlegungen, die wir im vorigen Abschnitt angestellt haben, wollen wir im folgenden prüfen, wieweit sich in den empirischen Studien ein durchgängiges Muster an spezifischen Verhaltenskomponenten der Selbstunsicherheit auffinden läßt. Wir werden dazu auf die Ergebnisse der Untersuchungen, getrennt nach einzelnen Teilbereichen des Konstruktes Selbstunsicherheit, detaillierter eingehen.

In zahlreichen Studien werden spezifische Verhaltenskomponenten in dem Bereich der Selbstunsicherheit im Kontakt mit dem anderen Geschlecht, auch hetero-soziale Angst genannt, untersucht.

Als unabhängige Kriterien zur Einteilung der Probanden in sozial-ängstliche und nicht-ängstliche Personen werden zumeist die Häufigkeit der Rendezvous sowie Selbsteinschätzungen darüber, wie zufrieden jemand mit der Häufigkeit der Verabredungen ist und wie wohl er sich in solchen Situationen fühlt, zugrunde gelegt. Die Prüfung, welche Verhaltensweisen zwischen den Gruppen differenzieren, erfolgt dann üblicherweise in Rollenspiel-Situationen.

In den uns vorliegenden Untersuchungen zeigt sich nahezu durchgängig, daß die Gruppen hetero-sozial-ängstlicher und nicht-ängstlicher Personen sich hinsichtlich der allgemeinen Einschätzung der sozialen Fertigkeiten unterscheiden. Sowohl unabhängige Beurteiler als auch die jeweiligen Rollenspielpartner schätzen die sozialen Fertigkeiten bzw. die soziale Geschicklichkeit der hetero-sozial-ängstlichen Personen als allgemein geringer ein (TWENTYMAN & McFALL, 1975; GREENWALD, 1977; ARKOWITZ, LICHTENSTEIN, McGOVERN & HINES, 1975; BARKOVEC, STONE, O'BRIEN & KALOUPEK, 1974).

Werden jedoch einzelne molekulare Verhaltenskategorien untersucht, so sind die Ergebnisse wesentlich uneindeutiger und widersprüchlicher.

So fanden REHM & MARSTON (1968) in einem rein verbalen Rollenspiel-Test Unterschiede zwischen sozial-ängstlichen Studenten und einer "normalen" Studenten-Gruppe hinsichtlich der Reaktionslatenz und der Anzahl äußerer Anzeichen für Unsicherheit, jedoch keine Unterschiede hinsichtlich der Anzahl der Wörter pro Antwort der Probanden sowie einer allgemeinen Einschätzung der Adäquatheit der Reaktion.

ARKOWITZ, LICHTENSTEIN, McGOVERN & HINES (1975) konnten in einer simulierten Interaktion die längere Reaktionslatenz sozial-ängstlicher Personen bestätigen, fanden aber auch gleichzeitig, daß die ängstlichen Personen weniger Wörter pro Reaktion gebrauchten.

In einer in-vivo Interaktion im Rollenspiel konnte dagegen nur das Kriterium der Anzahl der Schweigepausen differenzieren, während sich hinsichtlich aller anderen Verhaltenskomponenten (Sprechzeit, Anzahl verbaler Verstärkungen, Kopfnicken, Lächeln, Anschauen, Dauer der Unterhaltung und verschiedene Kategorien des Inhalts) keine Gruppenunterschiede ergaben.

Relativ konträr dazu sind die Ergebnisse von GREENWALD (1977). Sie fand keine Unterschiede hinsichtlich der Reaktionslatenz, jedoch hinsichtlich der Kriterien Redezeit und Blickkontakt ergaben sich signifikante Gruppenunterschiede. Alle anderen Verhaltenskomponenten (Redeanteil, Gesprächsanfänge, verbale Zustimmungen und Kopfnicken) konnten die Gruppen nicht trennen.

Ähnlich wie bei REHM & MARSTON (1968) differenzierte in der Studie von TWENTYMAN & McFALL (1975) das Kriterium Anzahl äußerer Anzeichen für Unsicherheit, jedoch nur in einer von drei Situationsbedingungen. Das einzig weitere differenzierende Kriterium, ebenfalls auch nur in einer Situationsbedingung, war die Zeitdauer der Konversation. Alle anderen Verhaltenskriterien fielen aufgrund mangelnder Beurteiler-Übereinstimmung aus.

Im Unterschied dazu fanden BORKOVEC, STONE, O'BRIEN & KALOUPEK (1974) keine Gruppenunterschiede hinsichtlich der Anzahl nonverbaler Anzeichen für Unsicherheit.

Auch das zweite untersuchte Verhaltenskriterium (Verhältnis von Sprechstörungen zu Sprechzeit) konnte die ängstlichen und nicht-ängstlichen Personen nicht trennen.

Die Schwierigkeit bzw. der Mißerfolg, differenzierende Verhaltenskomponenten aufzuzeigen, wird noch in anderen Untersuchungen deutlich.

So zeigte sich in der Arbeit von GLASGOW & ARKOWITZ (1975) auf allen untersuchten Verhaltenskriterien (Ansehen; Ansehen während der Partner spricht; Blickkontakt; Redezeit; Schweigen; Anteil der Gesprächs-initiierungen; Rede-Verhältnis) kein Unterschied zwischen hetero-sozial ängstlichen und nicht-ängstlichen Studenten. Lediglich bei Studentinnen konnte das Kriterium Redezeit als einziges die Gruppen differenzieren.

Auch in der Studie von FISCHETTI, CURRAN & WESSBERG (1977) konnten die untersuchten Verhaltenskomponenten (Häufigkeit von Gestik-Reaktionen und sprachlichen Reaktionen) die Gruppen nicht unterscheiden.

Für den speziellen Bereich der hetero-sozialen Angst können wir zusammenfassend feststellen, daß nur wenige relevante Verhaltenskomponenten identifiziert werden konnten. Die aufgezeigten differenzierenden Verhaltensweisen zeigen sich zudem nicht durchgängig in allen Untersuchungen, sondern werden teils bestätigt und teils nicht bestätigt. Die Mehrzahl der untersuchten Verhaltenskomponenten kann dagegen nicht zwischen hetero-sozial ängstlichen und nicht-ängstlichen Personen unterscheiden.

Dieses verwirrende und widersprüchliche Bild ergibt sich auch bei Untersuchungen, die sich mit anderen Bereichen der Selbstunsicherheit beschäftigt haben.

So konnten in der Arbeit von BORKOVEC, FLEISCHMANN & CAPUTO (1973) keine der untersuchten Verhaltenskriterien (Anzahl der Wörter, Anzahl der nonverbalen Zeichen für Unsicherheit und Anzahl der Sprechstörungen) zwischen allgemein sozial-ängstlichen und nicht-ängstlichen Personen differenzieren.

McFALL & TWENTYMAN (1973) konnten für den speziellen Bereich der Selbstunsicherheit "Ablehnung von Forderungen" zwar Verhaltensunterschiede zwischen selbstsicheren und selbstunsicheren Personen feststellen, jedoch handelte es sich nicht um spezifische Verhaltenskomponenten, sondern um allgemeinere Einschätzungen des Verhaltens wie z.B. "eindeutige Ablehnung versus eindeutige Annahme der Forderung".

Eine Reihe von Untersuchungen haben sich mit differenzierenden Verhaltensweisen zwischen selbstsicheren und selbstunsicheren psychiatrischen Patienten beschäftigt. Die Gruppen wurden hierbei aufgrund allgemeiner Einschätzungen der Selbstsicherheit bzw. der sozialen Kompetenz gebildet.

In der Arbeit von EISLER, MILLER & HERSEN (1973) ergaben sich nur auf fünf der untersuchten neun Verhaltenskategorien Gruppenunterschiede.

So zeigten die selbstsicheren psychiatrischen Patienten eine kürzere Reaktionslatenz, größere Lautstärke, weniger Einwilligungen mit den Wünschen des Partners, mehr Forderungen nach anderem Verhalten des Rollenspielpartners und mehr Gefühlsausdruck in der Stimme als die selbstunsicheren Patienten. Keine Gruppenunterschiede zeigten sich dagegen hinsichtlich Blickkontakt, Lächeln, Antwortdauer und Sprechflüssigkeit.

In einer späteren Arbeit von EISLER, HERSEN, MILLER & BLANCHARD (1975) wurden diese Ergebnisse teilweise bestätigt, teilweise ergaben sich aber auch entgegengesetzte Resultate. So gaben die selbstsicheren Patienten längere Antworten, sprachen lauter, lachten weniger, zeigten eine angemessenere Betonung und mehr Sprechstörungen. Keine Gruppenunterschiede ergaben sich dagegen hinsichtlich Reaktionslatenz und Blickkontakt.

Das etwas unvermutete Ergebnis, daß selbstsichere Personen mehr Sprechstörungen zeigten, läßt sich vermutlich dadurch erklären, daß sie auch längere Antworten gaben. Die Autoren haben hier versäumt, die Anzahl von Sprechstörungen ins Verhältnis zur Redezeit zu setzen.

TROWER (1980) konnte dagegen bei dem Vergleich selbstsicherer und selbstunsicherer psychiatrischer Patienten auf allen untersuchten Verhaltenskomponenten Gruppenunterschiede feststellen. So redeten die selbstsicheren Personen länger, lächelten mehr und zeigten mehr Blickkontakt, Gestik sowie Veränderungen der Körperhaltung.

Insgesamt betrachtet sind die Ergebnisse dieser Untersuchungen mit selbstsicheren und selbstunsicheren psychiatrischen Patienten ebenfalls uneindeutig, da zwar einige der untersuchten Verhaltenskomponenten zwischen den Gruppen differenzieren, jedoch die Ergebnisse der Untersuchungen nicht durchgängig bestätigt werden können.

Zusammenfassend können wir feststellen, daß die zahlreichen Versuche, spezifische Verhaltenskomponenten des Konstruktes Selbstsicherheit zu identifizieren, zu keinem eindeutigen Ergebnis geführt haben.

Zwar zeigt sich in einigen Arbeiten, daß selbstsichere und selbstunsichere Personen sich hinsichtlich einzelner Verhaltensweisen unterscheiden, jedoch läßt sich kein konsistentes Muster an Verhaltenskomponenten erkennen, da nahezu jede Untersuchung zu unterschiedlichen Ergebnissen kommt. Ein großer Teil der untersuchten Verhaltensweisen kann darüber hinaus gar nicht zwischen selbstsicheren und selbstunsicheren Personen differenzieren.

4.2. Einschätzung der empirischen Untersuchungen unter dem Aspekt der Verhaltens-Defizit-Hypothese

Im vorigen Abschnitt haben wir festgestellt, daß die Versuche, einzelne Verhaltenskomponenten zu identifizieren, die selbstunsichere Personen von selbstsicheren unterscheiden und somit als Verhaltens-Defizite der Selbstunsicheren betrachtet werden könnten, zu keinem eindeutigen Ergebnis geführt haben.

Über mögliche Ursachen für diese Fehlschläge lassen sich verschiedene Überlegungen anstellen, die teilweise auch bereits in der Literatur diskutiert und überprüft wurden.

Ein erstaunliches Resultat der Untersuchungen ist ja, daß die Gruppen sich zwar zumeist hinsichtlich der allgemeinen Einschätzung ihrer sozialen Fertigkeiten bzw. sozialen Geschicklichkeit durch unabhängige Beobachter unterscheiden, nicht jedoch hinsichtlich einzelner molekularer Verhaltensweisen. Die Auswahl der untersuchten Verhaltenskomponenten erfolgte jedoch meist aufgrund von "Augenschein-Validität" ("face-validity"), klinischen Erfahrungen oder Untersuchungen über die Bedeutung nonverbaler Verhaltensweisen für kommunikative und interaktive Prozesse.

Es ist nun möglich, daß die ausgewählten Verhaltenskomponenten nicht diejenigen Reaktionen sind, die den Eindruck von Selbstsicherheit ausmachen. Außenstehende Beobachter ziehen eventuell ganz andere Komponenten zur Einschätzung sozialer Kompetenz heran.

ROMANO & BELLACK (1980) versuchten diese Frage mit Hilfe des Verfahrens der "sozialen Validierung" zu prüfen.

Unabhängige Beobachter schätzten die allgemeinen sozialen Fertigkeiten einer Gruppe von Versuchspersonen an Hand von Rollenspiel-Situationen ein.

In einem zweiten Schritt wurden zahlreiche verschiedene Verhaltenskomponenten mit diesen Global-Einschätzungen in Beziehung gesetzt. Diese Komponenten wurden teilweise a priori festgelegt, teilweise dadurch gewonnen, daß die Beobachter nachträglich angaben, auf welche Reize sie ihre Gesamt-Einschätzung gestützt hatten.

Durch Korrelations- und Regressions-Analysen wurde ermittelt, welche Verhaltensweisen die besten Prädiktoren für die allgemeine Einschätzung sozialer Fertigkeiten sind.

Es zeigte sich, daß nonverbale und paralinguistische Verhaltenskomponenten wie Tonfall, Lächeln, Gesichtsausdruck und Körperhaltung die besten Prädiktoren für die Global-Einschätzung sozialer Kompetenz waren. Diese Verhaltenskomponenten sind jedoch genau die, die in den Arbeiten über differenzierende Verhaltensweisen untersucht wurden.

In Übereinstimmung mit diesen Ergebnissen fand TROWER (1980), daß die Variablen Redezeit, Blickkontakt und Gestik am stärksten zum Eindruck von Selbstsicherheit beisteuern. Die Aussagekraft dieses Resultates ist jedoch u.E. eingeschränkt, da nur fünf a priori festgelegte Verhaltenskomponenten mit einer unabhängigen Einschätzung der sozialen Kompetenz in Beziehung gesetzt wurden.

Dagegen korrelierten in der Studie von BELLACK, HERSEN & TURNER (1978) die zehn vorher festgelegten Verhaltenskomponenten nur mäßig mit unabhängigen Global-Einschätzungen der Effektivität und Angemessenheit des selbstsicheren Verhaltens. Lediglich in "negativen" Situationen und in Kombination erwiesen sich die Verhaltenskomponenten als bedeutsame Prädiktoren der Gesamt-Einschätzung.

Da zumindest die Arbeiten von ROMANO & BELLACK (1980) und TROWER (1980) dafür sprechen, daß die in anderen Studien untersuchten Verhaltensweisen auch für außenstehende Beobachter den Eindruck von Selbstsicherheit ausmachen, bleibt die Frage ungeklärt, warum Gruppen von Selbstsicheren und Selbstunsicheren sich zwar durch allgemeine Einschätzungen der sozialen Fertigkeiten unterscheiden, nicht jedoch hinsichtlich der einzelnen Verhaltenskomponenten.

Man muß allerdings berücksichtigen, daß die Aussagekraft der Studie von ROMANO & BELLACK (1980) eingeschränkt ist, da keine der Versuchspersonen ernsthafte Probleme im Bereich sozialer Kompetenz hatte.

Die dadurch bedingte geringe Variationsbreite auf den Verhaltensdimensionen kann dazu führen, daß die Ergebnisse verfälscht werden. So berichteten die Autoren, daß die Verhaltenskomponente "Blickkontakt" zwar von den Beobachtern am häufigsten als konstituierendes Element ihrer Einschätzungen der sozialen Kompetenz genannt wurde, jedoch in der Regressions-Analyse als Prädiktor nicht ins Gewicht fiel, da alle Versuchspersonen gleichmäßig guten Blickkontakt realisierten.

Es ist also möglich, daß die gefundenen nonverbalen und paralinguistischen Verhaltenskomponenten nur deshalb zu Prädiktoren der Gesamt-Einschätzung wurden, weil andere Verhaltensweisen von den Versuchspersonen gleichmäßig gut realisiert wurden.

Das bedeutet, daß bei einer Untersuchungs-Stichprobe mit stärker gestörten Personen sich ein anderes Muster von Prädiktoren ergeben könnte.

Ebenso erscheint es uns auch möglich, daß bei einer Population mit größerer Variationsbreite die Beobachter ihre Einschätzung auf andere Hinweisreize bzw. Verhaltensweisen stützen würden, die in dieser Untersuchung gar nicht auftraten, da die Personen relativ kompetent waren.

Auch in der Arbeit von TROWER (1980) wird nicht deutlich, ob die gefundenen Prädiktoren die entscheidenden Variablen für die Beobachter sind, da, wie schon erwähnt, nur fünf vorher festgelegte Verhaltenskomponenten untersucht wurden.

In eine ähnliche Richtung gehen die Überlegungen einiger Autoren. So meint GREENWALD (1977), daß die allgemeinen Einschätzungen der sozialen Fertigkeiten leider nicht erklären, welche spezifischen Verhaltenskomponenten sozial kompetentes Verhalten ausmachen. Die bisher verfolgte Strategie, einzelne Verhaltenskomponenten auszuzählen, sei jedoch unzureichend, da soziales Verhalten zu komplex ist.

In gleicher Weise kommen andere Autoren (ARKOWITZ, LICHTENSTEIN, McGOVERN & HINES, 1975; FISCHETTI, CURRAN & WESSBERG, 1977) zu der Schlußfolgerung, daß reine Häufigkeitsauszählungen unproduktiv und nicht sensibel genug sind, um Verhaltensunterschiede zu entdecken. Sie fordern daher Verhaltensmaße, die mehr die reziproken und interaktionalen Eigenschaften von sozialen Fertigkeiten berücksichtigen.

Einige Untersuchungen, die Schritte in Richtung dieser Forderung unternommen haben, sind zu ganz wichtigen Ergebnissen gekommen. Beispielsweise konnten FISCHETTI, CURRAN & WESSBERG (1977) bei einem Vergleich von hetero-sozial-ängstlichen Studenten mit nicht-ängstlichen Studenten keine Unterschiede hinsichtlich der Häufigkeit von Gestik- und verbalen Reaktionen finden, jedoch zeigten die nicht-ängstlichen Personen eine größere Übereinstimmung hinsichtlich der zeitlichen Abstimmung der Reaktion ("Timing"), d.h. sie zeigten das Verhalten systematischer in ganz bestimmten Intervallen der Interaktion.

Außerdem gab es unter den nicht-ängstlichen mehr Personen, die ihre Reaktionen genau in den Intervallen ausführten, in denen sie angemessen und verstärkend wirkten. Das bedeutet, es gab mehr Personen mit sogenannten "Verstärkungs-Fertigkeiten".

Daraus folgern die Autoren, daß die zeitliche Abstimmung ("Timing") von Reaktionen und die Fähigkeit, Hinweisreize zu diskriminieren, um die Reaktionen angemessen einsetzen zu können, wichtige Variablen der sozialen Kompetenz darstellen.

Die Berücksichtigung von Verhaltensmaßen, die mehr den interaktionalen Aspekt berücksichtigen, wird in der Arbeit von TROWER (1980) besonders deutlich. Er untersuchte neben den üblichen "Fertigkeits-Komponenten" wie Blickkontakt, Gestik etc. auch sogenannte "Fertigkeits-Prozesse", die sich auf "die Fähigkeit des Individuums beziehen, kompetentes Verhalten entsprechend Regeln und Zielen und als Antwort auf soziale Rückmeldung zu zeigen" (TROWER, 1980, S.328; Übers. vom Verf.). Der Vergleich von sozial kompetenten mit nicht-kompetenten psychiatrischen Patienten ergab Gruppenunterschiede sowohl bezüglich der "Fertigkeits-Komponenten" als auch bezüglich der "Fertigkeits-Prozesse".

So reagierten die nicht-kompetenten Personen weniger auf Hinweisreize und zeigten als Folge ein konsistenteres d.h. rigideres Verhaltensmuster.

Bei genauerer Analyse fand der Autor zwei differenzierende Fertigungs-Prozesse, die bei den nicht-kompetenten Individuen offensichtlich nicht vorhanden waren:

Die Beobachtung des eigenen nonverbalen Verhaltens und die Beobachtung nonverbaler Hinweisreize anderer Personen.

In beiden Arbeiten wird versucht, die Identifizierung spezifischer Verhaltenskomponenten des Konstruktes Selbstsicherheit auf Verhaltensvariablen auszuweiten, die den interaktionalen Eigenschaften selbstsicheren Verhaltens mehr gerecht werden. Die gefundenen differenzierenden Variablen wie zeitliche Abstimmung, Diskriminationsfähigkeit und Beobachtung lassen sich u.E. jedoch nicht mehr als reine Verhaltenskomponenten bezeichnen, sondern stellen mehr kognitive Prozesse bzw. kognitiv vermittelte Verhaltensvariablen dar.

Beide Studien können also auch keine spezifischen Verhaltensweisen identifizieren, sondern stoßen bei ihrer Suche auf eher kognitive Prozesse. Möglicherweise stützen auch außenstehende Beobachter ihre Global-Einschätzung sozialer Geschicklichkeit auf derartige kognitiv vermittelte Verhaltensvariablen. Dies könnte u.E. eine mögliche Erklärung für den oben erörterten Widerspruch zwischen differenzierenden allgemeinen Einschätzungen und nicht-differenzierenden molekularen Verhaltensweisen sein.

Für die geringen Erfolge, spezifische Verhaltenskomponenten des Konstruktes Selbstsicherheit zu identifizieren, sind noch weitere Gründe angeführt worden (s. HERSEN & BELLACK, 1977), die aber u.E. auch mehr Vermutungen darstellen und noch genauer überprüft werden müßten.

Welche Bedeutung haben die Ergebnisse nun unter dem Aspekt der Verhaltens-Defizit-Hypothese?

Unserer Ansicht nach sprechen die Ergebnisse eher gegen die generelle Annahme, daß Selbstunsicherheit durch Verhaltens-Defizite bedingt oder "verursacht" ist. Die Tatsache, daß in vielen Untersuchungen keine Verhaltensunterschiede zwischen kompetenten und nicht-kompetenten Personen festgestellt werden konnten, spricht vielmehr dafür, daß die selbstsicheren Verhaltensweisen im Repertoire der selbstunsicheren Personen vorhanden sind.

Wir nehmen eher an, daß die verfügbaren Verhaltensweisen in unterschiedlichen Situationen aus bestimmten Gründen nicht gezeigt werden. Damit würde übereinstimmen, daß in einigen Untersuchungs-Situationen differenzierende Verhaltensweisen gefunden wurden, die aber in anderen Untersuchungen nicht auftraten.

Hinweise darauf, welche Faktoren die adäquate Ausführung der im Repertoire vorhandenen Verhaltenskomponenten verhindern können, liefern z.B. die oben erwähnten Arbeiten von FISCHETTI, CURRAN & WESSBERG (1977) und TROWER (1980), in denen die Bedeutung kognitiver Prozesse der Wahrnehmung von Hinweisreizen, der zeitlichen Abstimmung und der Diskriminationsfähigkeit herausgearbeitet wurden.

GLASGOW & ARKOWITZ (1975) kommen zu dem Ergebnis, daß selbstunsichere Männer keine Verhaltens-Defizite zeigen sondern übermäßig kritisch gegenüber ihrem sozialen Verhalten sind, d.h. kognitive Prozesse der Selbstbewertung die entscheidende Rolle spielen. Darüber hinaus werden zahlreiche andere kognitive Prozesse wie soziale Wahrnehmung, Erwartungen von Konsequenzen, falsche Dekodierung von Hinweisreizen etc. in diesem Zusammenhang als bedingende Variablen genannt (s. z.B. BELLACK, 1979).

Wir nehmen an, daß diese kognitiven Prozesse, die die Ausführung selbstsicheren Verhaltens verhindern können, je nach Situationsbedingung unterschiedlich zum Tragen kommen. So vermuten wir, daß Prozesse der Konsequenz-Erwartungen, Selbstbewertung etc. in realen Situationen größeren Einfluß haben als in relativ "sicheren" Rollenspiel-Situationen, in denen das Risiko negativer Folgen für die Personen wesentlich geringer ist.

Dies könnte auch erklären, daß Personen, die sich in realen Situationen offensichtlich nicht selbstsicher verhalten, in den Untersuchungs-Situationen keine Verhaltensunterschiede zu selbstsicheren Personen zeigen. In Übereinstimmung damit stehen Beobachtungen, daß selbstsicheres Verhalten in Rollenspielen und in realen Situationen nicht sehr hoch miteinander korreliert (BELLACK, HERSEN & TURNER, 1978, 1979).

In diesem Zusammenhang wäre auch zu prüfen, wieweit in den Untersuchungs-Situationen unterschiedliche Bedingungen vorhanden sind, die für die widersprüchlichen Ergebnisse mit verantwortlich sind.

So ergaben sich beispielsweise unter der Rollenspiel-Instruktion "Reagieren Sie so, wie Sie normalerweise in der Situation handeln würden" in den Arbeiten von EISLER, MILLER & HERSEN (1973) und EISLER, HERSEN, MILLER & BLANCHARD (1975) auf der Mehrzahl der untersuchten Verhaltenskategorien Unterschiede, während bei der Instruktion "Wir wollen Interaktionsfertigkeiten messen" in der Studie von BORKOVEC, FLEISCHMAN & CAPUTO (1973) keine Verhaltensunterschiede auftraten. Wir haben hier die Vermutung, daß die unterschiedlichen Instruktionen dazu führten, daß unter der fordernden Anweisung die im Repertoire vorhandenen Verhaltensweisen gezeigt wurden, während sie im anderen Fall, wie in der Realität, nicht ausgeführt wurden.

Denn es gibt Belege dafür, daß unterschiedliche Instruktionen, z.B. "verhalten Sie sich wie normalerweise" versus "verhalten Sie sich so effektiv wie möglich", einen Einfluß darauf haben, in welchem Ausmaß selbstsicheres Verhalten im Rollenspiel ausgeführt wird (WESTEFELD, GALASSI & GALASSI, 1980).

Abschließend können wir feststellen, daß die empirischen Untersuchungen u.E. eher gegen eine generelle Hypothese eines Verhaltens-Defizits als "Ursache" für selbstunsicheres Verhalten sprechen. Die Ergebnisse stimmen dagegen mehr mit der Auffassung überein, daß kognitive Prozesse, die die Ausführung verfügbarer Reaktionen verhindern, eine entscheidende Rolle spielen. Damit erhält das Kognitive-(Hemmungs-)Modell stärker Unterstützung. Wir wollen daher im nächsten Kapitel prüfen, wieweit das Kognitive-(Hemmungs-)Modell durch empirische Untersuchungen unterstützt werden kann und welche speziellen kognitiven Prozesse von Bedeutung sein können.

5. Belege für das Kognitive-(Hemmungs-)Modell

Wie wir in den vorangegangenen Abschnitten aufgezeigt haben, sind die empirischen Belege für das Verhaltens-Defizit-Modell nicht überzeugend. Die Untersuchungsergebnisse stimmen unserer Ansicht nach stärker mit der Auffassung überein, daß kognitive Prozesse die Ausführung selbstsicheren Verhaltens verhindern. Da somit kognitive Erklärungsansätze stärker in den Vordergrund rücken, wollen wir überprüfen, wieweit das Kognitive-(Hemmungs-)Modell bisher durch empirische Belege unterstützt wird.

5.1. Therapiestudien

Die Hypothese, daß kognitive Prozesse "ursächliche" oder bedingende Faktoren für Selbstunsicherheit darstellen, ist von zahlreichen therapeutischen Ansätzen aufgenommen worden und führte zur Entwicklung verschiedener kognitiver Therapieansätze, in denen hauptsächlich bereits entwickelte kognitive Methoden integriert wurden.

Eine der ersten Studien zur Überprüfung kognitiver Therapieformen im Bereich von Selbstunsicherheit war die Arbeit von REHM & MARSTON (1968).

Die Autoren gingen davon aus, daß heterosozial-ängstliche Personen ein gewisses Verhaltensrepertoire haben, aber sich in Kontaktsituationen negativ bewerten oder den Kontakt aufgrund negativer Selbstbewertung vermeiden. Die Veränderung selbstunsicheren Verhaltens sollte durch Modifizierung der kognitiven Prozesse der Selbstbewertung und Selbstverstärkung erreicht werden.

Die von den Autoren entwickelte Selbstverstärkungs-Therapie erwies sich im Vergleich zu einer nicht-direktiven Gruppentherapie und einer Kontrollgruppe als effektiver.

Die Selbstverstärkungs-Therapie enthielt jedoch noch verhaltenstherapeutische Elemente wie graduierte Annäherung und in-vivo Verhaltensübungen, so daß die Wirkung der kognitiven Anteile nicht eingeschätzt werden kann.

Die Wirkung eines rein kognitiven Therapieansatzes auf selbstsicheres Verhalten konnte CRAIGHEAD (1979) demonstrieren. Ihr "Selbstinstruktions-Training" erwies sich als effektiver als eine "Einsichts-Therapie" und eine Kontrollgruppe.

Deutlichere Hinweise auf die Effektivität kognitiver Therapieansätze liefern Untersuchungen, in denen Vergleiche mit Verhaltenstrainings, die auf der Verhaltens-Defizit-Hypothese beruhen, durchgeführt wurden. Hier erwiesen sich kognitive Therapiestrategien als ebenso effektiv wie Verhaltenstrainings (FREMOUW & ZITTER, 1978; ALDEN, SAFRAN & WEIDEMAN, 1978) oder sogar überlegen (THORPE, 1975).

Um die differentielle Wirksamkeit beider Therapieformen genauer zu untersuchen, wurden kombinierte Therapien mit kognitiven und Verhaltenstrainings-Anteilen mit jeweils einzelnen Ansätzen verglichen.

In einigen Arbeiten erwies sich eine Kombinations-Therapie gegenüber einem reinen Verhaltenstraining als gleich effektiv, nicht jedoch als überlegen (CARMODY, 1978; HAMMEN, JACOBS, MAYOL & COCHRAN, 1980). Dagegen konnten WOLFE & FODOR (1977) eine leichte Überlegenheit einer kombinierten Therapie feststellen. DERRY & STONE (1979) fanden sogar eine deutliche Überlegenheit einer Kombination aus Verhaltenstraining und Selbstinstruktionstraining gegenüber einem reinen Verhaltenstraining.

Da jedoch nur zwei Therapiesitzungen durchgeführt wurden, ist das Ergebnis mit größter Vorsicht zu beurteilen.

In einer sorgfältig angelegten Untersuchung verglichen LINEHAN, GOLDFRIED & GOLDFRIED (1979) einen Verhaltensübungs-Ansatz, eine Methode der systematischen rationalen Umstrukturierung und eine Kombination beider Ansätze. Die kombinierte Therapie erwies sich zwar als am effektivsten hinsichtlich der Steigerung selbstsicheren Verhaltens, jedoch resultierte diese Überlegenheit nicht aus Unterschieden zwischen den Gruppen, sondern nur aus der stärkeren Verbesserung im Vergleich zu den Kontrollgruppen.

GLASS, GOTTMAN & SHMURAK (1976) verglichen ebenfalls ein Verhaltenstraining, ein kognitives Training und ein kombiniertes Training. Das Verhaltenstraining zeigte bei den trainierten Situationen zwar die größte Wirkung, jedoch zeigte das Selbstinstruktions-training stärkere Generalisierungseffekte und als einziges noch Verbesserungen nach der Therapie. Die kombinierte Therapie dagegen war in keinem Fall besser als die einzelnen Ansätze.

Insgesamt gesehen können die Therapiestudien die Effektivität kognitiver Therapieansätze bei der Verbesserung selbstsicheren Verhaltens eindeutig belegen. Kognitive Methoden erwiesen sich sowohl gegenüber Verfahren, die auf dem Verhaltens-Defizit-Modell beruhen, als auch gegenüber Therapiestrategien, die auf dem Angst-Hemmungs-Modell beruhen (KANTER & GOLDFRIED, 1979; THORPE, 1975) als gleich effektiv oder sogar überlegen.

Die widersprüchlichen Befunde hinsichtlich der Wirksamkeit der Kombinationen aus Verhaltens- und

kognitivem Training machen deutlich, daß die Effekte der einzelnen Therapieansätze nicht einfach addiert werden können und die Interpretation von LINEHAN, GOLDFRIED & GOLDFRIED (1979), daß die Überlegenheit einer kombinierten Therapie daher kommt, daß mehr kontrollierende, d.h. bedingende Variablen der Selbstunsicherheit berücksichtigt werden, differenzierter zu fassen ist.

Hier ist u.E. eine genauere Analyse der Klienten-Variablen und der Mechanismen, die den Therapieformen zugrunde liegen, notwendig. So wäre beispielsweise zu prüfen, ob ein Verhaltenstraining-Ansatz und eine kognitive Therapie nicht auf gleichen Wirkmechanismen beruhen, z.B. daß sie dem Klienten ein Gefühl der Kontrolle und Wirksamkeit ("self-efficacy"; BANDURA, 1977) in sozialen Situationen vermitteln. Hinweise in dieser Richtung liefern die Befunde, daß ein Verhaltenstraining in gleicher Weise oder sogar noch effektiver als eine kognitive Therapie irrationale Ideen oder Vorstellungen verändern kann und beide Ansätze das Gefühl der Wirksamkeit ("self-efficacy") verbessern können (ALDEN, SAFRAN & WEIDEMAN, 1978; HAMMEN, JACOBS, MAYOL & COCHRAN, 1980)

Aus der Wirksamkeit kognitiver Methoden bei der Steigerung selbstsicheren Verhaltens lassen sich jedoch, wie schon angesprochen, keine direkten Schlußfolgerungen ziehen, daß kognitive Variablen auch "ursächliche" oder bedingende Faktoren von Selbstunsicherheit sind.

Das Kognitive-(Hemmungs-)Modell kann hierdurch nur indirekt Unterstützung erhalten.

Die Aussagekraft der Therapiestudien wird u.E. noch dadurch eingeschränkt, daß in den meisten kognitiven Therapieansätzen entweder irrationale Bewertungen im Sinne von ELLIS (1977a, 1979) aufgegriffen und verändert werden oder alternative, bewältigende (coping) Selbstinstruktionen im Sinne von MEICHENBAUM (1977, 1979) eingeübt werden, ohne eine Analyse der relevanten kognitiven Prozesse bei Selbstunsicherheit durchgeführt zu haben; d.h. es ist nicht geklärt, ob die in den Therapien zu verändernden Kognitionen überhaupt für selbstunsicheres Verhalten relevant sind bzw. ob nicht noch andere kognitive Prozesse von Bedeutung sind, die in den Therapien überhaupt nicht bearbeitet werden.

5.2. Empirische Untersuchungen zu spezifischen kognitiven Prozessen der Selbstunsicherheit

Im Gegensatz zu den Therapiestudien haben zahlreiche empirische Untersuchungen eine direkte Analyse der kognitiven Prozesse, die mit Selbstunsicherheit verbunden sind, durchgeführt. Das methodische Vorgehen entsprach größtenteils der "Methode der bekannten Gruppen" (McFALL, 1976), d.h. Gruppen von selbstunsicheren und selbstsicheren Personen wurden auf differenzierende kognitive Prozesse hin untersucht. Durch den Aufweis spezifischer Kognitionen, die mit Selbstsicherheit bzw. Selbstunsicherheit einhergehen, kann zwar ebenfalls nicht die "Ursächlichkeit" dieser Kognitionen belegt werden, jedoch erhält das kognitive Modell indirekt stärkere Unterstützung.

Zu den am häufigsten im Zusammenhang mit Selbstunsicherheit untersuchten Faktoren zählen kognitive Prozesse der Selbstbewertung.

Die bereits von REHM & MARSTON (1968) aufgestellte Hypothese, daß selbstunsichere Personen sich trotz vorhandenen Verhaltensrepertoires negativer bewerten, wurde von anderen Autoren aufgegriffen.

GLASGOW & ARKOWITZ (1975) fanden, daß heterosozial-ängstliche Männer im Vergleich zu nicht-ängstlichen Männern ihre Angst und sozialen Fertigkeiten negativer einschätzten, während die weiblichen Rollenspielpartner keine Unterschiede zwischen den Gruppen feststellen konnten und auch verschiedene Verhaltenskomponenten die Gruppen nicht differenzierten. Dies spricht dafür, daß sozial-ängstliche Personen übermäßig kritisch gegenüber ihrem sozialen Verhalten sind.

Dieses Ergebnis konnte von CLARK & ARKOWITZ (1975) bestätigt und weiter differenziert werden. Auch hier konnten außenstehende Beobachter zwischen zwei Gruppen von sozial-ängstlichen und nicht-ängstlichen Studenten keine Unterschiede bezüglich sozialer Fertigkeiten feststellen, während die sozial-ängstlichen Personen selbst ihre Angst höher und ihre sozialen Fertigkeiten niedriger als die andere Gruppe einschätzten.

Im Vergleich zu den Einschätzungen der Beobachter zeigte sich, daß die sozial-ängstlichen ihre Angst überschätzten und ihre Fertigkeiten unterschätzten, während die nicht-ängstlichen ihre sozialen Fertigkeiten überschätzten.

Wurden dagegen fremde Personen eingeschätzt, so stimmten die Einschätzungen beider Gruppen mit denen der Beobachter überein. Das spricht dafür, daß die selbstunsicheren Personen und die Beobachter zwar ein gemeinsames Bild effektiven sozialen Verhaltens haben (s. auch BORDEWICK & BORNSTEIN, 1980), die Selbstunsicheren jedoch kritischer gegenüber sich selbst sind.

Als mögliche Erklärung stellen die Autoren die Hypothese auf, daß Selbstunsichere höhere Standarde für Selbstbewertung haben oder eine selektive Aufmerksamkeit und ein selektives Gedächtnis für negative Aspekte besitzen.

Die Vermutung, daß Wahrnehmungs- und Gedächtnisprozesse bei selbstunsicherem Verhalten eine Rolle spielen, erhält durch einige Arbeiten Unterstützung.

SMITH & SARASON (1975) konnten zeigen, daß sozial-ängstliche Personen eine negativ getönte interpersonale Rückmeldung als ungünstiger wahrnehmen bzw. einschätzen und sich wegen der Rückmeldung auch schlechter fühlen als nicht-ängstliche Personen. Außerdem scheinen selbstunsichere Personen ihre Interaktionspartner teilweise anders wahrzunehmen (EISLER, FREDERIKSEN & PETERSON, 1978) oder bestimmte Hinweisreize des Partners gar nicht wahrzunehmen (TROWER, 1980).

Auch die Wahrnehmung und Registrierung des eigenen Verhaltens scheint bei selbstunsicheren Personen teilweise zu fehlen (TROWER, 1980).

Selbstunsichere Personen nehmen aber offensichtlich nicht nur äußere Reize anders wahr, sondern auch interne Reize. So schätzten beispielsweise selbstsichere und selbstunsichere Personen ihre Spannung und Nervosität sehr unterschiedlich ein, obwohl auf physiologischen Maßen (Herzschlag) kein Unterschied bestand (SCHWARTZ & GOTTMAN, 1976).

In Bezug auf unterschiedliche Gedächtnisprozesse konnten O'BANION & ARKOWITZ (1977) zeigen, daß sozial-ängstliche Studentinnen die negativen Anteile einer persönlichen Rückmeldung besser behielten als nicht-ängstliche Studentinnen.

Hinsichtlich der positiven Anteile zeigten sich keine Gruppenunterschiede. Das Ergebnis spricht dafür, daß selbstunsichere Personen ein selektives Gedächtnis für negative Informationen über die eigene Person haben.

Die Autoren vermuten, daß in realen Situationen der Faktor der selektiven Aufmerksamkeit, der in dieser Studie kontrolliert wurde, noch hinzukommt und die Ergebnisse sogar noch deutlicher werden läßt.

Einen weiteren Bereich untersuchter kognitiver Prozesse stellen Selbstverbalisationen dar.

CACIOPPO, GLASS & MERLUZZI (1979) untersuchten mit Hilfe eines Verfahrens zur Auflistung von Gedanken die Selbstverbalisationen selbstunsicherer Personen in einer sozialen Situation. Dabei zeigte sich, daß sozial-ängstliche Studenten mehr negative Selbstverbalisationen produzierten als nicht-ängstliche.

Bemerkenswert ist, daß die selbstunsicheren Personen ihre Selbstverbalisationen nicht als negativ einschätzten, wohl aber unabhängige Beurteiler. Nach Meinung der Autoren spricht dies dafür, daß Selbstunsichere einen eigenen "Bezugsrahmen" haben, dem möglicherweise noch andere kognitive Strukturen zugrunde liegen.

Die vermehrten negativen Selbstverbalisationen standen außerdem im Zusammenhang mit einer allgemein negativen Selbstbewertung der selbstunsicheren Personen.

Zu ähnlichen Ergebnissen hinsichtlich der Selbstverbalisationen von selbstunsicheren Personen kamen SCHWARTZ & GOTTMAN (1976).

Sie konnten zeigen, daß Selbstunsichere nicht nur mehr negative, sondern auch weniger positive Selbstverbalisationen äußern als selbstsichere Personen. Ein noch differenzierteres Bild ergab sich, als die Gruppen getrennt betrachtet wurden. Hier zeigte sich, daß bei selbstsicheren Personen die positiven Selbstverbalisationen überwiegen, während bei selbstunsicheren Personen positive und negative Selbstverbalisationen gleich häufig auftreten, d.h. eine Art "interner Konflikt-Dialog" stattfindet.

Welche Effekte Selbstverbalisationen auf selbstunsicheres Verhalten haben können, läßt sich aus Untersuchungen ableiten, in denen die Selbstverbalisationen experimentell manipuliert wurden. So können beispielsweise bestimmte Selbst-Instruktionen die selbst-eingeschätzte Anspannung sozial-ängstlicher Personen in einer sozialen Situation signifikant reduzieren (HEWITT & MURRAY, 1978).

Ein kurzfristiges Training von Selbstverbalisationen kann sogar deutliche Verhaltens- und Emotionsänderungen bewirken. MANDEL & SHRAUGER (1980) konnten zeigen, daß induzierte selbst-erhöhende Selbstverbalisationen (z.B. "ich habe die Kraft und die Fähigkeit, alles zu tun") bzw. selbst-kritische Verbalisierungen (z.B. "ich habe wenig Vertrauen in meine Fähigkeiten") deutlichen Einfluß auf die Stimmung, das Annäherungsverhalten in sozialen Situationen und spezifische Verhaltenskomponenten haben können.

Zu den weiteren kognitiven Prozessen, die im Zusammenhang mit Selbstunsicherheit untersucht wurden, zählen die Erwartungen über die Verhaltens-Konsequenzen in sozialen Situationen.

EISLER, FREDERIKSEN & PETERSON (1978) fanden, daß bei selbstsicheren Personen die generalisierten positiven Konsequenz-Erwartungen stärker ausgeprägt waren als bei Selbstunsicheren, während sich hinsichtlich generalisierter negativer Konsequenz-Erwartungen keine Unterschiede zeigten. Die Autoren erfaßten jedoch in relativ grober Form allgemeine Erwartungen in den Alltagssituationen der Personen, die natürlich bei Selbstsicheren und Selbstunsicheren unterschiedlich sind. So ist es nicht verwunderlich, daß Selbstsichere, die sich in sozialen Situationen selbstsicher verhalten, allgemein häufiger positive Konsequenzen erwarten als Selbstunsichere.

In der Studie von BORDEWICK & BORNSTEIN (1980) wurden dagegen die Ausgangsbedingungen kontrolliert, indem schriftliche Situationsbeschreibungen mit aggressivem, selbstsicherem und selbstunsicherem Verhalten vorgelegt wurden. Hier zeigte sich, daß selbstsichere und selbstunsichere Personen gleiche Erwartungen hinsichtlich der positiven bzw. negativen Konsequenzen auf die verschiedenen Verhaltensweisen haben.

Während in beiden Arbeiten die Konsequenz-Erwartungen mit Hilfe relativ grober Skalen bzw. weniger Items erfaßt wurden, versuchten FIEDLER & BEACH (1978) die Prozesse der Erwartungen stärker auszudifferenzieren. Unter Bezug auf Entscheidungs- und Erwartungs-Theorien gingen sie davon aus, daß Erwartungen sich zusammensetzen aus der Erwünschtheit möglicher Konsequenzen, d.h. wie positiv bzw. negativ sie eingeschätzt werden, und der subjektiven Wahrscheinlichkeit, daß diese Konsequenzen wirklich auftreten. Die Autoren konnten zeigen, daß die Konsequenz-Erwartungen eng zusammenhängen mit der Absicht, sich selbstsicher zu verhalten.

Diese Entscheidung für selbstsicheres Verhalten hängt jedoch nicht von der eingeschätzten Nützlichkeit der Konsequenzen, sondern von der subjektiven Wahrscheinlichkeit ihres Auftretens ab. Das bedeutet, daß Personen, die sich für selbstsicheres Verhalten entscheiden und Personen, die sich dagegen entscheiden, die möglichen Konsequenzen in gleicher Weise positiv bzw. negativ bewerten, jedoch in unterschiedlicher Weise die Wahrscheinlichkeit einschätzen, daß diese positiven bzw. negativen Folgen eintreten.

Als weitere kognitive Prozesse wurden Attribuierungen im Zusammenhang mit Selbstunsicherheit untersucht. Die Ergebnisse der empirischen Untersuchungen sind jedoch widersprüchlich. Während DOHERTY & RYDER (1979) aufzeigen konnten, daß Männer, die generalisierte internale Attribuierungen zeigten, sich selbstsicherer verhielten als Männer mit externalen Attribuierungen, fanden MILLER & ARKOWITZ (1977) keinen Zusammenhang zwischen unterschiedlichen Attribuierungen und Selbstunsicherheit. Die Autoren konnten ihre Hypothese, daß sozial-ängstliche Personen negative Ereignisse internal und positive Ereignisse external attribuieren in zwei Experimenten nicht bestätigen.

Ebenfalls im Zusammenhang mit Selbstunsicherheit wurden irrationale Ideen oder Bewertungen im Sinne von ELLIS (1977a) untersucht.

In der Studie von GOLDFRIED & SOBOCINSKI (1975) zeigte sich, daß irrationale Vorstellungen mit sozialer Angst und emotionaler Erregung zusammenhängen.

In gleicher Weise fanden ALDEN & SAFRAN (1978), daß Klienten mit starken irrationalen Ideen weniger häufig selbstsicheres Verhalten zeigten und auch von unabhängigen Beobachtern als selbstunsicherer eingeschätzt wurden.

Zusammenfassend läßt sich feststellen, daß die empirischen Untersuchungen deutlich zeigen, daß verschiedene kognitive Prozesse mit selbstunsicherem Verhalten zusammenhängen.

Obwohl lediglich die Arbeiten, in denen experimentell manipulierte Kognitionen zu Verhaltens- und Emotionsänderungen führten, die verursachende und steuernde Wirkung kognitiver Prozesse auf selbstunsicheres Verhalten demonstrieren können, bilden die zahlreichen Befunde deutliche indirekte Belege für das kognitive-(Hemmungs-)Modell.

Die Grundannahme des kognitiven Modells, daß selbstunsichere Personen die notwendigen selbstsicheren Verhaltensweisen im Repertoire haben, aber durch kognitive Prozesse an der Ausführung gehindert werden, erhält in der sehr sorgfältig angelegten Untersuchung von SCHWARTZ & GOTTMAN (1976) weitere Unterstützung. Die Autoren konnten zeigen, daß selbstunsichere Studenten ebenso gut wie selbstsichere Studenten schriftlich beschreiben konnten, wie eine angemessene selbstsichere Reaktion in bestimmten Situationen aussieht. Daraus läßt sich schließen, daß Selbstsichere und Selbstunsichere keine Unterschiede im Wissen um selbstsicheres Verhalten aufweisen (s. auch ALDEN, SAFRAN & WEIDEMAN, 1978).

In einer hypothetischen Situation, nämlich unter der Instruktion, daß sie einem Freund demonstrieren, wie er sich verhalten soll, konnten sich die selbstunsicheren Personen ebenso selbstsicher verhalten wie die Selbstsicheren. Dies spricht dafür, daß die notwendigen Verhaltensweisen im Repertoire der Selbstunsicheren vorhanden sind (s. auch DERRY & STONE, 1979).

In einem Rollenspiel, d.h. in einer realitätsnäheren Situation, zeigten sich dagegen Unterschiede zwischen Selbstsicheren und Selbstunsicheren. Diese Ergebnisse unterstützen unsere oben aufgestellte Hypothese, daß sozial inkompetente Personen sich in relativ "sicheren" und geschützten Situationen selbstsicher verhalten können und der Einfluß hemmender Kognitionen erst in realistischeren Situationen zum Tragen kommt.

Im Sinne dieser Annahme lassen sich auch die Beobachtungen von EISLER, FREDERIKSEN & PETERSON (1978) interpretieren, daß selbstunsichere psychiatrische Patienten in den Situationen, in denen sie sich hypothetisch für selbstsicheres Verhalten als die beste Reaktionsmöglichkeit entschieden hatten, dieses selbstsichere Verhalten nur in etwa 55 % der Fälle in einem Rollenspiel auch wirklich ausführten.

Die Aussagekraft, die die Arbeit von SCHWARTZ & GOTTMAN (1976) insgesamt gegen das Verhaltens-Defizit-Modell und für das kognitive Modell besitzt, wird noch dadurch unterstrichen, daß die wesentliche differenzierende Variable zwischen Selbstsicheren und Selbstunsicheren die Häufigkeit positiver bzw. negativer Selbstverbalisationen war.

Trotz der in den empirischen Arbeiten enthaltenen deutlichen Belege für ein kognitives Modell der Selbstunsicherheit sind aus unserer Sicht einige kritische Anmerkungen zu machen.

Ein großer Teil der Untersuchungen wurde mit studentischen Versuchspersonen durchgeführt und die Gruppen von Selbstsicheren und Selbstunsicheren dadurch gewonnen, daß ein gewisser Prozentsatz der Versuchspersonen-Stichprobe vom oberen bzw. unteren Ende der Wertpunkte-Verteilung bestimmter Selbstunsicherheits-Fragebogen herausgenommen wurde. Es ist jedoch fraglich, ob die selbstunsicheren Studenten mit sozial inkompetenten Klienten vergleichbar sind, d.h. ob die untersuchten Selbstunsicherheits-Probleme mit den klinischen Problemen der Selbstunsicherheit übereinstimmen.

Des weiteren ist u.E. kritisch anzumerken, daß die empirischen Untersuchungen sich jeweils nur mit einzelnen spezifischen kognitiven Prozessen beschäftigen, die relativ unabhängig voneinander ausgewählt und untersucht werden. Wenn man mehrere Arbeiten zusammen betrachtet, schälen sich zwar einige relevante kognitive Prozesse heraus, z.B. Selbstbewertungen, Selbstverbalisationen, Wahrnehmungs- und Gedächtnisprozesse, Konsequenz-Erwartungen und Attribuierungen, jedoch fehlt ein integratives kognitives Modell, das einen zusammenfassenden Rahmen für die Einordnung unterschiedlicher Kognitionen bieten könnte.

Ein derartiges Modell könnte unserer Ansicht nach auch einen Begründungszusammenhang für die Untersuchung spezifischer Kognitionen und einen Erklärungsrahmen für die Zusammenhänge innerhalb der kognitiven Prozesse und zwischen Kognitionen und Verhalten bieten.

Wir wollen im folgenden einige Überlegungen darüber anstellen, wie ein derartiges integratives Modell der Selbstunsicherheit evtl. aussehen könnte.

Aus den vorläufigen Überlegungen zu einem kognitiven Modell und unter Einbeziehung der oben dargestellten Untersuchungen sollen anschließend verschiedene kognitive Prozesse abgeleitet werden, von denen wir annehmen, daß sie im Rahmen von Selbstunsicherheit relevant sind.

6. Grundlagen eines kognitiven Modells der sozialen Kompetenz

Die in den vorangegangenen Kapiteln dargestellten Befunde zum Bereich Selbstsicherheit bzw. sozialer Kompetenz unterstützen die Annahme, daß kognitiven Prozessen eine zentrale Bedeutung für die Entstehung und Aufrechterhaltung selbstunsicheren Verhaltens zukommt, während Verhaltensaspekte bzw. Verhaltensdefizite eine eher untergeordnete Rolle spielen.

Trotz der Vielzahl empirischer Untersuchungen über Zusammenhänge zwischen kognitiven Prozessen und Selbstunsicherheit gibt es bisher allerdings kaum Bemühungen, ein integratives kognitives Modell der sozialen Kompetenz zu entwickeln.

Dementsprechend beruhen die Forschungen über kognitive Prozesse auf verschiedenen theoretischen Modellen und Therapietheorien, die jeweils unterschiedliche Begründungszusammenhänge für die Untersuchung bestimmter Kognitionen darstellen. Dadurch wird es auch schwierig, die einzelnen Ergebnisse aufeinander zu beziehen und systematisch einzuordnen.

Eine theoretisch stärker begründete Untersuchung kognitiver Prozesse im Zusammenhang mit Selbstunsicherheit setzt dagegen unserer Ansicht nach ein Modell voraus, aus dem relevante kognitive Prozesse abgeleitet werden können und das versucht, das Zusammenwirken zwischen verschiedenen Kognitionen und dem Verhalten zu beschreiben. Obwohl die Entwicklung eines umfassenden Modells, das die Zusammenhänge zwischen Kognitionen, Emotionen und Verhalten beschreiben und erklären könnte, sicher noch weit entfernt ist, halten wir es für sinnvoll, mögliche Wege und Schritte, die zu einer derartigen Integration führen könnten, aufzuzeigen und ansatzweise auszuprobieren.

Wir wollen daher im folgenden einige Elemente aufzeigen, die unserer Ansicht nach als Bausteine eines noch zu entwickelnden integrativen kognitiven Modells der sozialen Kompetenz fungieren könnten.

Dabei erheben wir nicht den Anspruch, ein derartiges Modell in den Grundzügen bereits entwickeln zu können. Vielmehr wollen wir verschiedene Komponenten aufzeigen, auf die ein solches Modell unserer Meinung nach aufgebaut werden könnte.

Wir beziehen uns hierbei auf Modelle und Theorien aus unterschiedlichen Bereichen, die möglicherweise einen Beitrag zur Entwicklung eines derartigen Modells leisten können.

Unsere Auswahl der Ansätze erfolgt einerseits unter dem Gesichtspunkt, daß ein zu entwickelndes Modell vorrangig kognitive Anteile berücksichtigen sollte, andererseits unter dem Aspekt, daß es speziell für den Bereich sozialer Fertigkeiten zutreffen sollte.

Wir wollen im folgenden die einzelnen Modelle kurz darstellen, um anschließend zu einer Einschätzung zu gelangen, welchen Stellenwert die verschiedenen Ansätze für ein kognitives Modell sozialer Kompetenz besitzen könnten.

6.1. Interaktionale Persönlichkeitsmodelle

In Abhebung zu klassischen Dispositionsansätzen der Persönlichkeit, die menschliches Verhalten als Funktion von Eigenschaften oder Persönlichkeitsstrukturen betrachten, und im Unterschied zu behavioristischen Modellen, die Verhalten als Funktion äußerer Reize und Umweltbedingungen sehen, konzipieren interaktionale Modelle (z.B. MISCHEL, 1973; ENDLER & MAGNUSSON 1976) das Verhalten als Funktion der Wechselwirkung von Persönlichkeits- und Situationsvariablen:

$$V = f(P \times S).$$

Die Wirkung äußerer Stimuli oder Situationsvariablen besteht darin, daß sie dem Individuum Informationen liefern, die wiederum bestimmte Personenvariablen beeinflussen; d.h., die Bedeutung und Wirkung äußerer Reize wird durch Personenvariablen wie z.B. kognitive Transformationen modifiziert (MISCHEL, 1973). Aus dieser Interaktion von Situations- und Persönlichkeitsvariablen resultieren dann relativ idiosynkratische, d.h. einzigartige Verhaltensmuster. Die Verhaltensweisen einer Person sind also nicht konsistent über ähnliche und unterschiedliche Situationen hinweg, sondern variieren je nach Einfluß der Situations- und Personenvariablen. Damit ist eine gewisse Kontinuität im Verhalten jedoch nicht ausgeschlossen.

Unter Bezugnahme auf Ergebnisse aus dem Bereich des sozialen Lernens und der kognitiven Psychologie hat MISCHEL (1973) eine Reihe von kognitiven und verhaltensmäßigen Personenvariablen vorgeschlagen, die die Wirkung äußerer Stimuli vermitteln und charakteristische Verhaltensmuster produzieren:

1. Kognitive und verhaltensmäßige Konstruktions- Kompetenzen

Mit diesem sehr weit gefaßten und relativ unspezifischen Konzept ist das Potential gemeint, das eine Person zur Generierung kognitiver Aktivitäten und Verhaltensweisen besitzt. Es umfaßt die Fähigkeiten des Individuums zur aktiven Organisation und Transformation von Informationen, d.h. beispielsweise intellektuelle Fähigkeiten, sowie die Fähigkeiten der Handlungsgenerierung.

Der Ausdruck "Kompetenzen" verweist darauf, daß die Möglichkeiten oder das Potential zur Entfaltung von Aktivitäten im kognitiven und Verhaltensbereich gemeint sind. So geht es beispielsweise nicht darum, welche typischen Verhaltensweisen jemand zeigt, sondern welche möglichen Verhaltensweisen er zeigen kann.

2. Kodierungsstrategien und personale Konstrukte

Der Begriff "Kodierungsstrategien" bezieht sich darauf, wie Individuen Stimuli kognitiv transformieren. Hierunter fallen Teilprozesse wie selektive Aufmerksamkeit, Interpretationen und Kategorisierungen.

3. Verhaltens-Konsequenz und Stimulus-Konsequenz Erwartungen

Hiermit sind Erwartungen über Kontingenzregeln oder Stimulus-Sequenzen gemeint, die als Personenvariablen wichtige Determinanten des Verhaltens darstellen.

Denn die Erwartungen darüber, welche Konsequenzen auf welches Verhalten folgen oder auf welche Stimuli welche Konsequenzen folgen, steuern die Auswahl der Reaktionen in einer Situation aus dem Repertoire möglicher Verhaltensweisen.

Beispielsweise wählen Individuen in einer bestimmten Situation die Verhaltensweise aus, die zu den nützlichsten oder wünschenswertesten Konsequenzen führt.

Die besondere Bedeutung beider Formen von Erwartungen, die auch als kognitiv-psychologische Erklärung der Wirkung von operanter und klassischer Konditionierung verstanden werden können, wird dadurch deutlich, daß oft Verhalten von Erwartungen gesteuert wird, die mit den tatsächlichen Umweltkontingenzen nicht übereinstimmen.

4. Subjektive Stimulus-Werte

Die Auswahl bestimmter Reaktionen hängt nicht nur von den o.g. Erwartungen darüber ab, welche Konsequenzen erwartet werden, sondern auch von den subjektiven Werten, die eine Person den Konsequenzen bzw. Stimuli zumißt. Diese affektive Wertigkeit bezieht sich auf die positiven und negativen emotionalen Zustände, die bestimmte Stimuli im Individuum auslösen können.

5. Selbst-regulierende Systeme und Pläne

Hiermit sind verschiedene Selbstregulationskomponenten gemeint, die auch in Abwesenheit oder im Widerspruch zu äußeren Kontingenzen verhaltenssteuernd wirken können.

Zu diesen Selbstregulationssystemen zählen Regeln zur Festlegung von Zielen und Verhaltensstandards, die Selbstverabreichung von Konsequenzen, Selbstinstruktionen zur Aufrechterhaltung der Selbstkontrolle und organisierende Pläne zur Steuerung komplexer Verhaltensmuster.

Die unterschiedliche Ausprägung dieser Personenvariablen bei verschiedenen Individuen kann für die interindividuellen Verhaltensunterschiede mit verantwortlich sein. Je nachdem, wie extrem die Ausprägung dieser Variablen bei einem Individuum ist, können sich intraindividuelle Verhaltensunterschiede oder - Konsistenzen zeigen.

So werden z.B. Personen, die sehr festgefügte Verhaltens-Konsequenz Erwartungen haben, ein relativ konsistentes Verhaltensmuster über verschiedene Situationen hinweg zeigen und sich schwer den veränderten Kontingenzen anpassen können.

Der Grad, in dem diese Personenvariablen wirksam werden, hängt jedoch von dem Strukturierungsgrad der Situation ab. In stark strukturierten Situationen, die wenig Raum zur unterschiedlichen Verarbeitung bieten, wird der Einfluß von Unterschieden auf den Personenvariablen nur gering sein, während in schwach strukturierten Situationen unterschiedliche Personenvariablen stärker verhaltenswirksam werden.

Wenn beispielsweise die Situation eindeutig vermittelt, daß nur eine ganz bestimmte Verhaltensweise richtig ist und verstärkt wird, werden sich individuelle Unterschiede auf den Personenvariablen nur wenig auf das Verhalten auswirken.

Die von MISCHEL (1973) vorgeschlagenen Personenvariablen stellen gleichsam verschiedene Informationsverarbeitungsprozesse dar, die den Informations-Input situationaler Stimuli transformieren.

Obwohl die einzelnen Variablen unterschiedlich weit gefaßt sind und sich hinsichtlich ihrer Präzisierung und Operationalisierung unterscheiden, können sie u.E. wichtige Bestandteile eines kognitiven Modells bilden.

6.2. Verhaltenstheoretische Selbstregulations-Modelle

Aus lerntheoretischen und verhaltenstherapeutischen Ansätzen wurden Modellvorstellungen entwickelt, wie Individuen ohne unmittelbare Kontrolle durch die Umwelt ihr Verhalten selbst steuern können.

Die Tatsache, daß bestimmte problematische Verhaltensweisen nur schwer unter äußere Kontrolle gebracht werden können, führte innerhalb der Verhaltenstherapie zur Entwicklung sogenannter Selbstmanagement-Methoden (KANFER, 1977).

Insbesondere die Beschäftigung mit Selbstkontroll-Problemen, wie Rauchen, übermäßiges Essen oder Trinken, die sich durch besondere Konflikthaftigkeit auszeichnen, machte die Entwicklung von Eigensteuerungs-Modellen notwendig.

(KANFER, 1973; s. auch KANFER, 1977; KANFER & KAROLY, 1972) hat ein Arbeitsmodell der Selbstregulation vorgeschlagen, das einen Integrationsrahmen für verschiedene experimentell untersuchte selbstregulatorische Vorgänge (s. KANFER, 1970) darstellen kann.

Nach diesem Modell können bei der Selbstregulation drei verschiedene Phasen unterschieden werden:

- a) Selbstbeobachtung bzw. Selbstüberwachung
- b) Selbstbewertung
- c) Selbstverstärkung

In den einzelnen Sequenzen lassen sich auf kognitiver Ebene unterschiedliche Prozesse unterscheiden. Die Phase der Selbstbeobachtung oder Selbstüberwachung setzt im Anschluß an eine gerade ausgeführte Handlung des Individuums ein.

Auf kognitiver Ebene werden Wahrnehmungsprozesse wirksam, die die externen und internen Konsequenzen der vorangehenden Reaktionen registrieren.

In der nächsten Phase der Selbstbewertung werden die wahrgenommenen Konsequenzen mit individuellen Leistungskriterien bzw. Standards verglichen. Neben den kognitiven Prozessen der Standardsetzung, die durch verschiedene Faktoren wie Aufgabenanforderungen, soziale Normen, frühere Verstärkungen und Erfolgsmotivation beeinflusst werden, werden kognitive Vergleichs- oder Bewertungsprozesse wirksam.

Je nachdem, wie der Vergleich zwischen der erreichten Leistung und dem Kriterium ausfällt, werden in der dritten Phase der Selbstverstärkung positive oder negative Konsequenzen vom Individuum selbst verabreicht.

Auf kognitiver Ebene lassen sich hier Prozesse der Selbstverabreichung von Konsequenzen annehmen. Die Konsequenzen selbst können dabei in materieller oder verbal-symbolischer Form (z.B. "das habe ich gut gemacht") oder auch in verdeckter Form als Vorstellungen oder innere Selbstverbalisation erfolgen.

Im Anschluß an die Phase der Selbstverstärkung erfolgt dann die nächste Handlung oder eine Wiederholung der vorhergehenden Reaktion.

Obwohl das Modell von KANFER (1973, 1977) davon ausgeht, daß die Selbstregulations-Prozesse erst dann einsetzen, wenn normalerweise reibungslos ablaufende Verhaltensketten unterbrochen werden oder eine Reaktion nicht die gewohnte Wirkung erbringt, können die beschriebenen Teilprozesse u.E. relevante Variablen innerhalb eines zu entwickelnden kognitiven Handlungsmodells darstellen.

Die von KANFER (1973, 1977) vorgeschlagenen Selbstregulations-Prozesse, die sich für die Analyse von eigengesteuertem Verhalten als fruchtbar erwiesen

haben, zeigen sich in ähnlicher bzw. differenzierterer Form auch bei anderen Selbstregulations-Modellen.

So hat BANDURA (1978, 1979) auf der Basis der sozial-kognitiven Lerntheorie ein Selbstregulations-Modell vorgeschlagen, das ähnliche Teilprozesse enthält. Im Unterschied zu KANFER betont BANDURA (1971), daß die Selbstverstärkung nicht nur von Vergleichsprozessen zwischen erreichter Leistung und Standard abhängt, sondern daß auch Attribuierungsprozesse eine Rolle spielen.

So macht es einen Unterschied, ob das Verhaltensergebnis auf interne Ursachen, wie Fähigkeit oder Anstrengung, oder externe Ursachen, wie z.B. Aufgabenschwierigkeit, attribuiert wird.

Ebenso spielt die Wertschätzung der Tätigkeit eine Rolle. So beeinflussen beispielsweise die Verhaltensergebnisse bei Aktivitäten, die einem Individuum nichts bedeuten, kaum seine selbstbewertenden Reaktionen.

Die folgende Abbildung soll die Teilprozesse des Selbstregulations-Modells von BANDURA (1978, 1979) verdeutlichen.

Selbstbeobachtung	Urteils- Prozeß	Selbst- Reaktion
•Verhaltens- Dimensionen	•Persönliche Standards •Referenz-Lei- stungen •Wertschätzung der Tätigkeit •Attribuierung der Leistung	•Selbstbewertende Reaktionen •Konkrete selbst- verabreichte Konsequenzen •keine Selbstre- aktion

Abb.2: Teilprozesse der Selbstregulation (nach BANDURA, 1978, S. 349). In der Abbildung wurden einige zusätzliche Erläuterungen weggelassen.

6.3. Modell des kognitiven Lernens

MAHONEY (1977a) hat die Grundzüge eines Modells des kognitiven Lernens entworfen, das eine Integration unterschiedlicher theoretischer Ansätze und klinischer Methoden darstellen soll.

Ein wichtiges Merkmal dieses Modells besteht darin, daß das Individuum als aktives Element begriffen wird, das mit seiner Umwelt in einer wechselseitigen Beziehung steht, die als kybernetische Feedbackschleife bezeichnet werden kann.

Das wesentliche Kennzeichen des Modells ist, daß es die Bedeutung von Vermittlungsprozessen betont, die zwischen Stimulus-Input und Reaktions-Output wirksam werden. Es wird angenommen, daß die Beziehungen zwischen Umwelt und Verhalten in entscheidendem Maße von diesen vermittelnden Prozessen beeinflußt werden.

Zu diesen Vermittlungsprozessen zählen hauptsächlich kognitive Prozesse der Informationsaufnahme und -verarbeitung.

MAHONEY (1977a) hat eine Reihe von Vermittlungsprozessen vorgeschlagen, wobei er sich unter einer klinischen Perspektive vorwiegend mit Formen gestörter Vermittlung beschäftigt:

1. Faktoren der Aufmerksamkeit

Hierunter fallen kognitive Prozesse der Informationsaufnahme. Diese Wahrnehmungsprozesse zeichnen sich durch ihre Selektivität aus, d.h. die Aufmerksamkeit richtet sich immer nur auf einen Teil der vorhandenen Umweltreize.

Sind diese Wahrnehmungsprozesse in bestimmter Weise gestört, so können sie zu fehlangepaßten Verhaltensweisen führen. Als mögliche Formen veränderter Wahrnehmungsprozesse werden genannt:

- selektive Unaufmerksamkeit bezeichnet das Übersehen wichtiger Stimuli,
- Fehlwahrnehmung meint die unkorrekte Bezeichnung wahrgenommener Stimuli,
- fehlangepaßtes Fokussieren bedeutet die Konzentration auf unwichtige oder schädliche Stimuli,
- fehlangepaßte Selbsterregung bezeichnet das Erzeugen oder Beachten interner Stimuli, die irrelevant oder schädlich sind.

2. Beziehungsprozesse

Hierzu zählen verschiedene kognitive Prozesse der Informationsverarbeitung. Folgende Formen gestörter Verarbeitungsprozesse lassen sich unterscheiden, die zu Verhaltensstörungen beitragen können:

- Klassifikationsirrtümer stellen eine ungenaue Übersetzung und Einordnung von Stimuli dar

- Vergleichsprozesse umfassen die verschiedenen Bewertungsprozesse von Stimuli, wobei insbesondere Formen von negativer oder übermäßiger Selbstbewertung mit Verhaltensstörungen zusammenhängen
- Gedächtnisstörungen
- Schlußfolgerungsirrtümer bezeichnen fehlerhafte Generalisierungen oder Schlußfolgerungen aus einzelnen Ereignissen. Hierzu zählen ebenfalls Antizipationen von Konsequenzen, die oft aus wenigen realen Kontingenzen abgeleitet werden.

3. Merkmale des Reaktionsrepertoires

Mit Eigenschaften des Reaktionsrepertoires ist gemeint, wie weit bestimmte Verhaltensstrategien im Repertoire vorhanden sind oder alternative Verhaltensmöglichkeiten für eine Situation zur Verfügung stehen.

4. Feedback aus der Erfahrung

Hierunter werden die motivationalen Faktoren verstanden, die sich aus den Konsequenzen des Verhaltens ergeben. Neben externen und stellvertretenden Konsequenzen sind als Vermittlungsprozesse besonders selbsterzeugte Verhaltenskonsequenzen wie z.B. Selbstverstärkung von Bedeutung.

Das Modell des kognitiven Lernens von MAHONEY (1977a) kann erst als Entwurf verstanden werden, wie die bisherigen Forschungsergebnisse über vermittelnde Prozesse zwischen Umwelt und Verhalten in einem Modell integriert werden könnten. Ähnlich wie der Ansatz von MISCHEL (1973) kann es eine Reihe von relevanten Vermittlungsprozessen spezifizieren, die die Beziehung zwischen Informations-Input und Verhaltens-Output transformieren.

Die Vorteile des Modells liegen in dem Versuch, unterschiedliche Perspektiven und Forschungsergebnisse in einem System zu integrieren.

Die hierbei zusammengestellten Vermittlungsprozesse sind bereits in empirischen Studien einzeln untersucht worden, und ihre Bedeutung konnte deutlich belegt werden. Es fehlen jedoch Aussagen darüber, wie die verschiedenen vermittelnden Prozesse miteinander organisiert sind und zusammenwirken.

Die Vorzüge des Modells liegen zudem darin, speziell die Zusammenhänge zwischen gestörten Vermittlungsprozessen und fehlangepaßten Verhaltensweisen deutlich zu machen und auch empirisch zu belegen.

6.4. Modell der sozialen Fertigkeiten

Innerhalb des Forschungsbereiches zum inter-personalen Verhalten in sozialen Interaktionen haben ARGYLE & KENDON (1967; s. auch ARGYLE, 1967) ein Modell der sozialen Fertigkeiten entwickelt.

In Analogie zu sensumotorischen Fertigkeiten wird das Verhalten in sozialen Interaktionen als organisierte Fertigkeit betrachtet, die aus sensorischen, zentralen und motorischen Mechanismen zusammengesetzt ist.

Wesentliche Merkmale dieses Modells bestehen darin, daß das Verhalten zielgerichtet ist und die Handlungsergebnisse über Rückmeldungsschleifen, die über den sensorischen Input verlaufen, ständig mit dem Grad der Zielerreichung verglichen werden.

Die einzelnen Komponenten des Modells werden in der folgenden Abbildung deutlich:

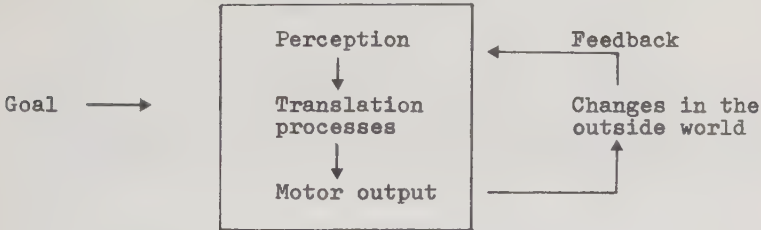


Abb. 3: Fertigkeiten-Modell (nach ARGYLE & KENDON, 1967, S.57)

Die drei wesentlichen Komponenten des Modells der sozialen Fertigkeiten bilden Wahrnehmungsprozesse, Übersetzungsprozesse und Effektor-Prozesse. Die Wahrnehmungsprozesse sind durch ihre Selektivität gekennzeichnet, die wiederum durch das Handlungsziel bestimmt wird, d.h. die Auswahl bestimmter Reize und ihre Verwendung hängt von den Zielen ab, die der Handelnde in der Situation verfolgt. Die Effektivität des sozialen Verhaltens scheint dabei von der korrekten Wahrnehmung relevanter Situationsaspekte abzuhängen und weniger von der korrekten Wahrnehmung anderer Personen im allgemeinen. Die Übersetzungsprozesse umfassen die Regeln, die dem Individuum angeben, auf welche spezifischen Reize welches spezifische Verhalten erforderlich ist.

Kompetentes Sozialverhalten zeichnet sich durch ein großes Repertoire an "Übersetzungs-Regeln" aus, die die Differenzierung verschiedener Situationen und die Anpassung des Verhaltens an die jeweilige Situation erlauben.

Die Effektor-Prozesse schließlich sind die konkreten Verhaltensweisen, die das Individuum ausführt. Diese Reaktionen sind auf verschiedenen Komplexitätsebenen hierarchisch angeordnet.

Auf der Ebene der allgemeinen Orientierung oder der Pläne wird ein grobes Verhaltensmuster für eine soziale Situation festgelegt. Dieser allgemeine Plan besteht aus einer Reihe von allgemeinen Methoden oder Unterplänen, die wiederum in einzelne Handfertigkeiten und Kunstgriffe unterteilt werden können.

Das Modell der sozialen Fertigkeiten von ARGYLE & KENDON (1967) ist relativ einfach und formal gehalten und weist als Erklärungsmodell für soziales Verhalten eine Reihe von Schwächen auf (s. PIONTKOWSKI, 1976). Insbesondere die Ausdifferenzierung der einzelnen Teilprozesse erscheint uns ungenügend.

Dennoch liegt unserer Meinung nach der heuristische Wert des Modells darin, daß soziales Verhalten als zielgerichtetes Verhalten innerhalb eines Rückkoppelungssystems konzipiert wird. Die formale Struktur des Modells kann eventuell einen Rahmen dafür darstellen, wie kognitive Prozesse und Verhalten zusammenhängen.

6.5. Handlungsmodelle

In Abhebung von behavioralen Verhaltensmodellen werden in zunehmendem Maße handlungstheoretische Modelle zur Beschreibung und Erklärung menschlichen Verhaltens verwendet.

Die Vielzahl unterschiedlicher Handlungsmodelle macht es unmöglich, von einer einheitlichen und verbindlichen Definition des Begriffs Handlung auszugehen (s. THOMAS, 1976). Es würde hier auch zu weit führen, die einzelnen handlungspsychologischen Ansätze in ihren Grundzügen darzustellen. Wir wollen uns daher auf die wesentlichen Merkmale, die den meisten Handlungsmodellen zugrunde liegen, beschränken.

Nach LANTERMANN (1980) zeichnen sich Handlungen dadurch aus, daß sie vorsätzlich, zielgerichtet und erwartungsgesteuert ablaufen.

"Vorsätzlich" meint dabei, daß Handlungen immer aufgrund eines Vorsatzes, eines Motivs oder einer Bedürfnislage zustandekommen.

Die "Zielgerichtetheit" bezieht sich darauf, daß eine gegebene Ist-Lage in eine gewünschte Soll-Lage verändert werden soll.

"Erwartungsgesteuert" schließlich meint, daß eine Erwartung vorhanden ist, daß die Handlung zu einer Transformation der Ist-Lage in die Soll-Lage führt.

Von anderen Autoren werden als weitere wesentliche Merkmale von Handlungen das Rückkopplungsprinzip und die hierarchisch-sequentielle Organisation genannt. Das Rückkopplungsprinzip meint, daß die Handlungsergebnisse laufend mit den jeweiligen Zielentwürfen verglichen werden. Das Rückkopplungsprinzip wird in seiner elementarsten Form in der TOTE-Einheit (Test-Operate-Test-Exit) von MILLER, GALANTER & PRIBRAM (1973) oder in der VVR-Einheit (Vergleichs-Veränderungs-Rückkopplungs-Einheit) von HACKER (1973) verdeutlicht.

Das Merkmal der hierarchisch-sequentiellen Organisation bedeutet, daß die einzelnen Operationen in ihrer sequentiellen Anordnung durch hierarchisch übergeordnete Einheiten gesteuert werden. Die hier unterscheidbaren strategischen und taktischen Verhaltenseinheiten werden ebenfalls im TOTE-Modell von MILLER, GALANTER & PRIBRAM (1973) verdeutlicht, indem die Handlungsphase einer TOTE-Einheit höherer Ordnung selbst wieder aus einer Reihe von TOTE-Einheiten besteht.

In Anlehnung an LANTERMANN (1980) und WENDLANDT & HOEFERT (1976) wollen wir im folgenden versuchen, die einzelnen Komponenten einer Handlung in ihrem Verlauf zu kennzeichnen. Der zeitliche Ablauf einer Handlung läßt sich an folgendem vereinfachten Schema in etwa verdeutlichen:

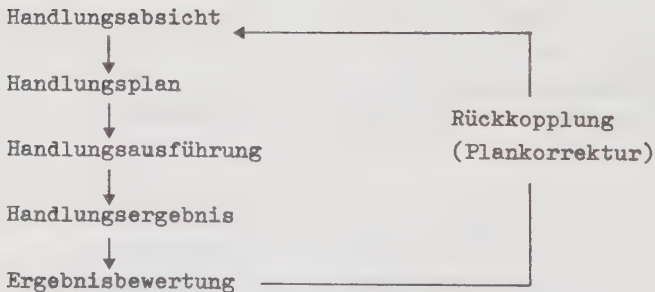


Abb.4: Handlungsschema (nach WENDLANDT & HOEFERT, 1976, S.37)

In der Anfangsphase einer Handlung wird aus der wahrgenommenen Diskrepanz zwischen einer unbefriedigenden Ist-Lage und einer erwünschten Soll-Lage eine Handlungsabsicht formuliert. Gleichzeitig werden Gefühle aktualisiert, die mit dem Ausmaß an wahrgenommener Zieldiskrepanz variieren. Im Anschluß daran wird ein Handlungsplan zur Zielerreichung aufgestellt, der die einzelnen Unterpläne und Operationen enthält. Die Prüfung des Handlungsentwurfs hinsichtlich seiner Zielerreichbarkeit, seines Aufwandes, der erwarteten Konsequenzen und ihrer Anreizwerte, kann zu einer Handlungstendenz, d.h. zu einem Vorsatz einer konkreten Handlung führen. Das durch die Handlungsausführung erzielte Handlungsergebnis wird anschließend individuell bewertet, wobei das Ergebnis mit dem vorher gesetzten Ziel oder Anspruchsniveau in Beziehung gesetzt wird. Der Vergleich des Handlungsergebnisses mit der angestrebten Soll-Lage wird zurückgemeldet und zur Steuerung und Korrektur weiterer Handlungen verwendet.

Damit sind die wesentlichen Komponenten einer Handlung in ihrem Ablauf gekennzeichnet. Die folgende Abbildung veranschaulicht noch einmal den Handlungsablauf.

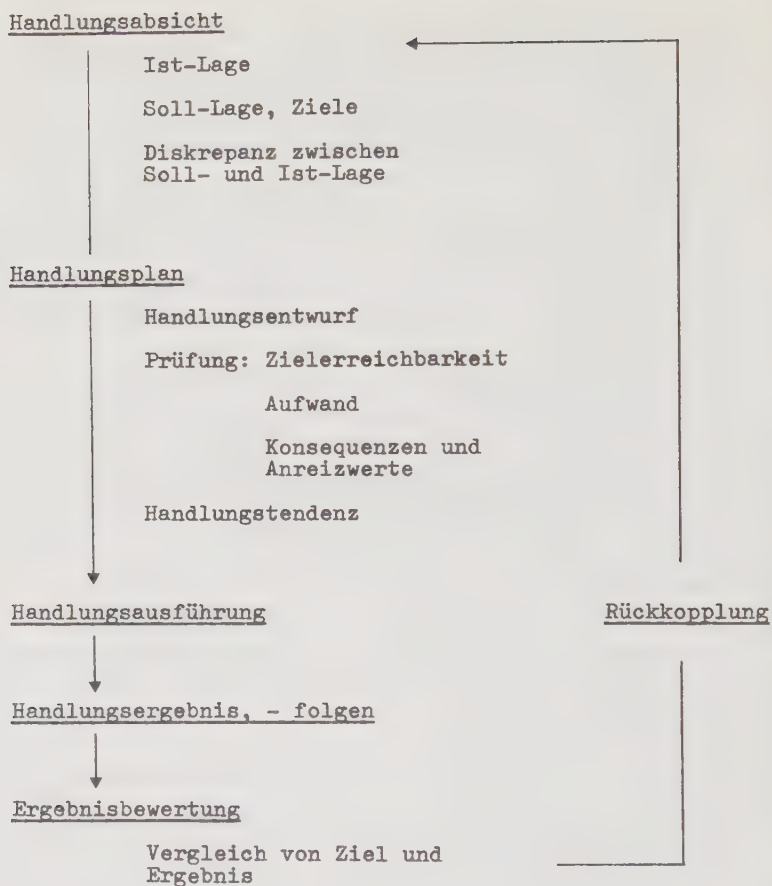


Abb. 5: Handlungspsychologisches Modell
(in Anlehnung an LANTERMANN, 1980)

Die Darstellung ist im Vergleich zu komplexeren Handlungsmodellen (z.B. THOMAS, 1976) vereinfacht und spart einzelne Elemente aus, scheint uns aber zur Beschreibung der wesentlichen Handlungskomponenten als ausreichend und zudem anschaulicher.

Das Handlungsschema stellt den Verlauf einer Handlung in einer idealtypischen Form dar. Damit ist jedoch nicht ausgeschlossen, daß auch andere zeitliche Folgen oder gleichzeitige Abläufe stattfinden können,

Ebenso werden die hierarchische Anordnung von Handlungen, die Aufstellung von Teilzielhierarchien und die ständigen Rückkopplungsprozesse zwischen einzelnen Handlungskomponenten, die bei komplexen Handlungen vorhanden sind, in unserer Darstellung weitgehend ausgespart.

Die Vorzüge von handlungspsychologischen Modellen liegen darin, daß sie ansatzweise einen theoretischen Rahmen für die Wirkzusammenhänge zwischen Umweltbedingungen, Personenvariablen (insbesondere kognitiven Prozessen) und dem Verhalten darstellen können.

Obwohl oft kritisch angemerkt wird, daß Handlungsmodelle emotionale und motivationale Faktoren vernachlässigen, können sie sich u.E. als Grundlage eines integrativen kognitiven Modells möglicherweise als fruchtbar erweisen.

6.6. Beitrag der Ansätze zu einem kognitiven Modell sozialer Kompetenz

Die in den vorangegangenen Kapiteln kurz dargestellten Theorien und Modelle können unserer Ansicht nach wichtige Bestandteile eines noch zu entwickelnden integrativen kognitiven Modells der sozialen Kompetenz zur Verfügung stellen. Wir wollen im folgenden kurz skizzieren, welchen Beitrag die einzelnen Ansätze für ein derartiges Modell unserer Auffassung nach leisten können.

Das interaktionale Modell von MISCHEL (1973) spezifiziert eine Reihe von wichtigen kognitiven Prozessen und anderen Personenvariablen, die in Interaktion mit Situationsvariablen das Verhalten bestimmen. Obwohl zu den Personenvariablen auch Selbstregulationskomponenten und verhaltenssteuernde Pläne gezählt werden, steht jedoch die vermittelnde Funktion kognitiver Prozesse im Vordergrund. Das Verhalten wird in "beträchtlichem Ausmaß" (MISCHEL, 1973, S.273; Übers. vom Verf.) durch äußere Reize gesteuert, während die Funktion kognitiver Prozesse und anderer Personenvariablen vornehmlich darin besteht, die Wirkung externer Stimuli zu transformieren. Damit wird aber das Grundkonzept kognitiver Modellvorstellungen, nämlich daß Außenstimuli nicht unbedingt notwendig sind und Wahrnehmungs- und Erkenntnisvorgänge die entscheidenden Wirkfaktoren für Verhalten darstellen (QUEKELBERGHE, 1979b), nicht ausreichend berücksichtigt.

Das gleiche trifft auf das Modell des kognitiven Lernens (MAHONEY, 1977a) zu, in dem ebenfalls der Vermittlungscharakter kognitiver Prozesse im Vordergrund steht.

Obwohl davon ausgegangen wird, daß der Mensch "sowohl ein kontrollierter als auch ein kontrollierender Organismus" (MAHONEY, 1977a, S.169) ist, werden kognitive Prozesse hauptsächlich unter dem Aspekt betrachtet, daß sie die Beziehungen zwischen Umwelt und Verhalten beeinflussen.

Dagegen wird das wichtige Moment, daß Kognitionen unabhängig von Umweltreizen verhaltenssteuernd wirken können, weitgehend vernachlässigt.

Dieses kognitive Eigensteuerungs-Prinzip wird dagegen in den lerntheoretischen Selbstregulations-Modellen (KANFER, 1973, 1977; BANDURA, 1978, 1979) betont und expliziert. Denn diese Modelle beschäftigen sich ausdrücklich mit selbstregulierenden kognitiven Prozessen, die das Verhalten unabhängig oder sogar im Widerspruch zu äußeren Stimuli und Kontingenzen steuern können.

Dennoch bleibt auch hier die kognitive Eigensteuerung ein Sonderfall möglicher Verhaltenssteuerung, der nur unter bestimmten Bedingungen auftritt, etwa wenn eine Verhaltenskette unterbrochen wird oder wenn eine gezielte Veränderung eines unter widersprüchlichen Umweltkontingenzen stehenden Verhaltens, z.B. Rauchen oder Trinken, geplant ist.

Außerdem befassen sich lerntheoretische Selbstregulationsmodelle vorwiegend mit kognitiven Prozessen, die erst nach der Ausführung des Verhaltens steuernd Einfluß nehmen, indem sie fördernde oder einschränkende Wirkungen auf das Verhalten ausüben. Die kognitiven Prozesse erfüllen gleichsam die Funktionen, die in operanten Lernmodellen den extern verabreichten Konsequenzen zukommen. Das Verhalten wird also immer noch durch seine Konsequenzen gesteuert, nur mit dem Unterschied, daß es sich nicht um externe, sondern um interne, selbstgesteuerte Bewertungs- und Verstärkungsprozesse handelt.

Nahezu ausgeklammert werden in lerntheoretischen Selbstregulations-Modellen jedoch kognitive Prozesse, die vor der Ausführung des Verhaltens steuernd wirken, wie etwa Prozesse der Zielfestlegung, der Handlungsplanung, der Abwägung möglicher Handlungsfolgen etc.

Zwar werden in den Selbstregulations-Modellen auch Prozesse der Standardsetzung thematisiert, jedoch spielen sie mehr bei nachfolgenden Vergleichs- und Bewertungsprozessen eine Rolle und weniger als vorgehende, verhaltensgenerierende Zielfestlegungen.

Das Prinzip der kognitiven Eigensteuerung wird am deutlichsten in handlungstheoretischen Modellen verwirklicht. Mit den Merkmalen der Vorsätzlichkeit, Zielgerichtetheit und Erwartungs-Steuerung (LANTERMANN, 1980) werden kognitive Steuerungsvorgänge als wesentliche Eigenschaften von Handlungen gekennzeichnet.

Handlungen werden durch Wahrnehmungsprozesse, die Diskrepanzen zwischen Ist- und Soll-Lage registrieren, und kognitive Prozesse der Zielfestlegung initiiert. Situative Stimuli spielen insoweit eine Rolle, als sie durch ihren "Aufforderungsgehalt" (LANTERMANN, 1980) signalisieren, inwieweit die Diskrepanz durch eigenes Handeln verringert werden kann. Auch der gesamte weitere Handlungsablauf wird im wesentlichen durch kognitive Steuerungsvorgänge bestimmt: Kognitive Prozesse der Handlungsplanung, der Prüfung von Handlungsentwürfen sowie nachfolgende Prozesse der Handlungsbewertung, die die Handlungsergebnisse mit den Zielsetzungen vergleichen, regeln und steuern alle Operationen in Richtung auf eine Angleichung der Ist- an die Soll-Lage.

In Handlungsmodellen werden also kognitive Prozesse als aktive, steuernde Einflußgrößen auf das Verhalten begriffen und nicht als eher passive Vermittlungsprozesse, die die Wirkungen von situativen Stimuli nur beeinflussen.

Außerdem können handlungstheoretische Modelle u.E. ansatzweise ein theoretisches Gerüst dafür bereitstellen, wie kognitive Prozesse bei der Verhaltensregulierung zusammenwirken und miteinander verbunden sind.

Die Prinzipien der Rückkoppelung und hierarchisch-sequentiellen Organisation ermöglichen es außerdem, die kognitiven Steuerungsvorgänge auch komplexerer Handlungsabläufe abzubilden.

Derartige Modellvorstellungen über das Zusammenspiel kognitiver Prozesse fehlen dagegen weitgehend in den Modellen von MISCHEL (1973) und MAHONEY (1977a).

Im Modell der sozialen Fertigkeiten von ARGYLE & KENDON (1967) sind zwar auch einige formale Elemente enthalten, die sich auf die kognitive Steuerung des Verhaltens beziehen, jedoch bleibt das Modell zu abstrakt und zu wenig ausdifferenziert.

Die Tatsache, daß in handlungstheoretischen Modellen kognitive Steuerungsprozesse eine zentrale Rolle spielen, macht Handlungsmodelle unserer Ansicht nach zu einer möglichen Grundlage für ein kognitives Modell sozialer Kompetenz.

Auf der Basis handlungstheoretischer Modelle können u.E. wichtige kognitive Prozesse spezifiziert werden, die für eine angemessene Ausführung von Verhaltensweisen von Bedeutung sind. Überträgt man die handlungstheoretischen Modellvorstellungen auf den Bereich sozialer Kompetenz, so lassen sich hier verschiedene kognitive Prozesse theoretisch ableiten, die für die Durchführung selbstsicheren Verhaltens relevant sein können. Gleichzeitig können aus Handlungsmodellen u.E. erste Anhaltspunkte gewonnen werden, welche Funktionen die verschiedenen kognitiven Prozesse bei der Verhaltenssteuerung haben können.

Allerdings ist zu berücksichtigen, daß Handlungsmodelle vorwiegend individumsbezogen sind und die verschiedenen sozialen Kontexte sowie Interaktionsprozesse wenig berücksichtigt werden (s. QUEKELBERGHE, 1982).

Daher erscheinen uns Handlungsmodelle auch nicht als ausreichend, um sozial kompetentes Verhalten in sozialen Interaktionen vollständig beschreiben zu können. Ihre Vorzüge sehen wir jedoch darin, daß sie als heuristische Modelle Hinweise darauf liefern können, welche kognitiven Prozesse des einzelnen Individuums für die Verhaltenssteuerung relevant sein können, auch wenn damit noch keine vollständige Abbildung aller ablaufenden Prozesse und Vorgänge geleistet wird.

Welche Bedeutung können nun die anderen oben dargestellten Modelle in diesem Zusammenhang haben? In ihnen werden ja zum Teil einzelne kognitive Prozesse spezifiziert, die bei der Verhaltenssteuerung mitwirken können, aber auch Teilaspekte kognitiver Eigensteuerung beschrieben. Ein fruchtbarer Weg scheint uns zu sein, die dort aufgeführten Modellvorstellungen und Erkenntnisse auf handlungstheoretische Modelle zu übertragen und zu prüfen, wieweit sie integriert werden können bzw. wieweit Handlungsmodelle erweitert werden müßten. Dies erscheint uns ein erster möglicher Schritt in die Richtung eines integrativen kognitiven Modells sozialer Kompetenz zu sein.

Obwohl die Entwicklung eines umfassenden Modells, das die Zusammenhänge zwischen Kognitionen, Emotionen und Verhalten angemessen beschreiben und erklären könnte, noch weit entfernt ist, und auch in Handlungsmodellen das Zusammenwirken von Kognitionen und Verhalten nur ansatzweise beschrieben wird, können sich Handlungsmodelle unserer Ansicht nach als heuristische Modellvorstellungen fruchtbar erweisen.

Die Betonung kognitiver Steuerungsprozesse scheint darüberhinaus Handlungsmodelle zu einer geeigneten Grundlage für allgemeine kognitiv-psychologische Modelle menschlichen Verhaltens zu machen.

Den Handlungsmodellen wird sogar eine integrierende Funktion beim Aufbau einer kognitiven Psychologie zugesprochen (QUEKELBERGHE, 1979a), und in zahlreichen Bereichen sind sie bereits zum Ausgangspunkt kognitiver Modelle geworden. Beispielsweise hat HECKHAUSEN (1977) kürzlich ein kognitives Motivations-Modell auf der Basis handlungstheoretischer Vorstellungen entworfen.

Auch für den Bereich der Selbstunsicherheit oder mangelnden sozialen Kompetenz sind Handlungsmodelle bereits als Grundlage für theoretische Erklärungsmodelle oder therapeutische Therapieprogramme verwandt worden. So haben beispielsweise WENDLANDT & HOEFERT (1976) ein handlungstheoretisches Erklärungsmodell der Selbstunsicherheit vorgelegt, in dem mangelnde soziale Kompetenz als Folge gestörter Handlungsabläufe betrachtet wird.

Die Störungen können dabei in verschiedenen Phasen des Handlungsablaufes eintreten, z.B. durch unklare Handlungsabsichten, unvollständige Handlungspläne, unangemessene Handlungsbewertungen u.ä.

SEMMER & PFÄFFLIN (1978) haben auf der Basis handlungstheoretischer Vorstellungen ein Trainingsprogramm zur Förderung sozialer Fertigkeiten entwickelt.

Handlungstheoretische Modelle werden hier auf den Bereich des sozialen Lernens übertragen und dienen dazu, die Inhalte der einzelnen Trainingselemente zu begründen und zu entwickeln. Es handelt sich jedoch nicht um ein explizit therapeutisches Programm für selbstunsichere Personen, sondern um ein psychologisches Training für eine ganz bestimmte Zielgruppe (Gewerkschafter), das eine Alternative zu gruppendynamischen Ansätzen darstellen soll. Dies schließt jedoch eine teilweise Übertragung auf die therapeutische Arbeit mit selbstunsicheren Klienten nicht aus.

Die Beschreibung selbstunsicheren Verhaltens mit Hilfe handlungstheoretischer Modelle steckt allerdings bislang noch in den Anfängen und die ersten Ansätze sind hauptsächlich in der deutschsprachigen Literatur zu finden.

In der englischsprachigen Literatur werden zwar auch handlungstheoretische Modellvorstellungen, insbesondere von MILLER, GALANTER & PRIBRAM (1973), in den theoretischen Modellen und therapeutischen Ansätzen zur Selbstunsicherheit teilweise aufgegriffen (z.B. TROWER, 1979), jedoch nicht explizit als Basis für Modelle sozialer Kompetenz benutzt.

Gerade aber die Bedeutung, die kognitiven Prozessen bei der Entstehung und Aufrechterhaltung selbstunsicheren Verhaltens anscheinend zukommt, läßt es unserer Auffassung nach sinnvoll erscheinen, handlungstheoretische Modelle als heuristische Grundlage eines kognitiven Modells der Selbstunsicherheit zu verwenden.

Wir wollen daher im folgenden versuchen, auf der Basis handlungstheoretischer Modellvorstellungen einige kognitive Teilprozesse zu spezifizieren, die nach unserer Annahme für selbstunsicheres Verhalten relevant sind.

Dabei werden die anderen oben dargestellten Theorien und Modelle, die wichtige kognitive Variablen beschreiben, miteinbezogen.

Zusätzlich sollen einige andere, eher klinisch-psychologische Ansätze, soweit sie Aussagen über kognitive Prozesse als bedingende oder steuernde Variablen machen, ebenfalls miteinbezogen werden. Hierzu zählen der Problemlöseansatz von SPIVACK, PLATT & SHURE (1976), der eine Reihe von kognitiven Prozessen oder Fertigkeiten für das Lösen interpersoneller Probleme beschreibt, sowie die kognitiven Ansätze von MEICHENBAUM (z.B. 1977, 1979), BECK (z.B. 1970, 1979) und ELLIS (z.B. 1974, 1977a, 1979).

7. Kognitive Teilprozesse sozialer Kompetenz- Ableitung der Hypothesen

Wir wollen im folgenden versuchen, die handlungstheoretischen Modellvorstellungen, wie sie in Kapitel II.6.5. entwickelt wurden, auf den Bereich sozialer Kompetenz zu übertragen und einige kognitive Prozesse abzuleiten, von denen wir annehmen, daß sie für die Ausführung selbstsicheren Verhaltens von Bedeutung sind. Dabei wollen wir uns auch auf die anderen o.g. Ansätze und Modelle, in denen verhaltenssteuernde kognitive Prozesse spezifiziert werden, stützen und daraus entsprechende Prozesse entnehmen, die nach unserer Ansicht für den Bereich sozialer Kompetenz relevant sind.

Gleichzeitig soll kurz skizziert werden, welche Funktionen diese kognitiven Prozesse innerhalb eines Handlungsablaufs selbstsicheren Verhaltens haben können. Diese Funktionsbeschreibung stützt sich einerseits auf Aussagen, die aus handlungstheoretischen Vorstellungen direkt abgeleitet werden können. Hierbei sind gewisse Modifikationen u.E. dadurch notwendig, daß die handlungstheoretischen Modellvorstellungen hier auf den Bereich sozialer Kompetenz übertragen werden. Sofern in Handlungsmodellen keine direkten Aussagen über die Funktion bestimmter kognitiver Prozesse gemacht werden, werden wir versuchen, Modellvorstellungen aus anderen Ansätzen auf ein handlungstheoretisches Modell zu übertragen, um von daher Aussagen über mögliche Funktionen treffen zu können.

Durch die Skizzierung der Funktionen der kognitiven Prozesse soll deutlich gemacht werden, welche möglichen Folgen Störungen oder Defizite dieser kognitiven Prozesse für die Ausführung selbstsicheren Verhaltens haben können. Denn nach unserer Annahme sind Störungen oder unterschiedliche Ausprägungen dieser kognitiven Prozesse dafür entscheidend, ob Personen sich selbstsicher verhalten oder nicht.

Im Anschluß daran wollen wir jeweils prüfen, wieweit aus bisherigen Untersuchungen bereits Hinweise gewonnen oder Schlußfolgerungen gezogen werden können, daß die von uns zusammengestellten kognitiven Prozesse bedingende Faktoren für Verhaltensstörungen, speziell für Probleme sozialer Inkompetenz, darstellen können.

Durch die Einbeziehung von Ergebnissen auch aus anderen Problembereichen wollen wir die Möglichkeit berücksichtigen, daß die von uns zusammengestellten kognitiven Prozesse in gleicher oder ähnlicher Form auch für andere Verhaltensstörungen relevante Bedingungsfaktoren darstellen können.

Unsere Annahme, daß diese kognitiven Prozesse relevante Faktoren für Probleme sozialer Inkompetenz darstellen, soll in unserer Arbeit dadurch überprüft werden, daß wir untersuchen, ob sich selbstsichere und selbstunsichere Personen hinsichtlich dieser kognitiven Prozesse unterscheiden. Aus der Darstellung der kognitiven Prozesse werden wir daher die Hypothesen ableiten, die in unserer Arbeit überprüft werden sollen.

Anmerkung:

Bei der Übertragung handlungstheoretischer Modellvorstellungen auf den Bereich selbstsicheren Verhaltens sind u.E. einige Unterschiede zu einfachen motorischen Verhaltensweisen zu berücksichtigen. Während bei einfachen motorischen Handlungen das Ziel oder die Soll-Lage meist in ganz konkreten Veränderungen der Umwelt besteht, setzt sich das Ziel selbstsicheren Verhaltens aus Aspekten wie "eigene Rechte durchsetzen", "eigene Gefühle ausdrücken", "Kommunikation fördern" etc. zusammen, die oft nicht an äußeren Umweltveränderungen festzumachen sind. Wir nehmen daher an, daß die Handlung oft nicht auf funktionale Ziele, sondern auf die Durchführung der Handlung selbst gerichtet ist, d.h. darauf, sich selbstsicher zu verhalten.

Dementsprechend werden auch die Handlungsergebnisse oft nicht aus äußeren Stimulusveränderungen bestehen, sondern sind vermutlich mehr auf das eigene Verhalten und Erleben bezogen.

LINEHAN & EGAN (1979) unterscheiden in diesem Zusammenhang drei Aspekte, nämlich daß durch selbstsicheres Verhalten das objektive Ziel erreicht, die Beziehung zu anderen Personen aufrecht-erhalten oder die Selbstachtung der Person aufrecht-erhalten werden kann. Die beiden letzten Aspekte machen u.E. deutlich, daß die Ergebnisse selbstsicheren Verhaltens häufig an internen Stimuli bzw. an der Realisierung sozial kompetenten Verhaltens selbst festgemacht werden.

Diese Unterschiede sind unserer Ansicht nach wichtig, da hierdurch zum Teil spezielle Formen oder Varianten kognitiver Prozesse für die Handlungssteuerung von Bedeutung sein werden.

7.1. Selbstwahrnehmung

Einen zentralen Bereich kognitiver Prozesse, der in nahezu allen o.g. Ansätzen (s. Kap. II.6.) thematisiert wird, stellen kognitive Prozesse der Informationsaufnahme dar. Hierbei tauchen verschiedene Begriffe wie "Wahrnehmungsprozesse", "Selbstwahrnehmung" oder "Selbstbeobachtung" auf.

Selbstwahrnehmung oder Selbstbeobachtung im weiteren Sinne meint nicht nur die Beobachtung und Registrierung des eigenen Verhaltens, sondern auch die Wahrnehmung von Situationsstimuli, die im Zusammenhang mit dem Verhalten stehen.

Entsprechend beschreibt KANFER (1973) als Teilaspekte der Selbstbeobachtung die Registrierung der Bedingungen für eine Reaktion, der Ausführung der Reaktion sowie der Konsequenzen der Reaktion im Hinblick auf den Menschen oder seine Umgebung.

Wir wollen nun kurz aufzeigen, welche Funktionen kognitive Prozesse der Selbstwahrnehmung (oder allgemeiner Wahrnehmung) in verschiedenen Phasen des Handlungsablaufs haben können.

In der Anfangsphase macht sich die Person ein "Bild" von der objektiven Situation, d.h. äußere Ereignisse und Stimuli werden in ein "subjektiv wahrgenommenes Handlungsfeld" (LANTERMANN, 1980) transformiert und formen sich für die Person zu einer Ist-Lage.

In sozialen Situationen werden hier u.E. Wahrnehmungsprozesse wirksam, die die situativen Stimuli sowie die Verhaltensweisen und Hinweise der jeweiligen Interaktionspartner registrieren. Unter dem o.g. Aspekt, daß das Handlungsziel nicht nur in objektiven Umweltveränderungen sondern auch in bestimmten Verhaltensrealisierungen, nämlich sich selbstsicher zu verhalten, besteht, wird in die Ist-Lage vor allem auch die Ausgangslage des eigenen Verhaltens mit eingehen.

Wir nehmen daher an, daß besonders Selbstwahrnehmungsprozesse, die das momentane eigene Verhalten registrieren, zur Bestimmung der Ist-Lage notwendig werden.

Während der Handlungsausführung werden ebenfalls Selbstwahrnehmungsprozesse der eigenen Verhaltensweisen wirksam, um den wahrgenommenen Handlungsablauf mit dem antizipierten Verlauf vergleichen zu können.

In der anschließenden Phase der Handlungsbewertung werden die wahrgenommenen Handlungsergebnisse mit den Zielsetzungen verglichen. Da sich die Resultate selbstsicheren Verhaltens u.E. nur zum Teil an direkten Veränderungen der Umwelt festmachen lassen, aber zum großen Teil in der Realisierung bestimmter sozial kompetenter Verhaltensweisen bestehen, beziehen sich die

Selbstwahrnehmungsprozesse unserer Ansicht nach sowohl auf äußere Stimuli als auch vor allem auf eigene Verhaltensaspekte.

Unsere Überlegungen legen nahe, daß Selbstwahrnehmungsprozesse, insbesondere zur Registrierung des eigenen Verhaltens, für die Steuerung selbstsicheren Verhaltens eine wichtige Rolle spielen. Wir nehmen daher an, daß Störungen der Selbstwahrnehmung den Handlungsablauf selbstsicheren Verhaltens in verschiedenen Phasen negativ beeinflussen können. Derartige Störungen können z.B. dadurch auftreten, daß Reize fehlerhaft wahrgenommen werden oder daß sich die Aufmerksamkeit selektiv auf ganz bestimmte Reize richtet.

Störungen der Wahrnehmung sind mit verschiedenen klinischen Störungsbildern wie z.B. Schizophrenie oder Depression (ROTH & REHM, 1980) in Zusammenhang gebracht worden. MAHONEY (1977a) beschreibt eine Anzahl von Wahrnehmungs- bzw. Aufmerksamkeitsstörungen und zeigt ihre Beziehung zu verschiedenen Verhaltensstörungen auf.

Auch im Zusammenhang mit Selbstunsicherheit sind Störungen der Selbstwahrnehmung festgestellt worden (s. Kap. II.5.2.). Die Studien legen nahe, daß die Selbstwahrnehmungsprozesse selbstunsicherer Personen gestört sind.

Aufgrund unserer obigen Überlegungen scheinen für selbstsicheres Verhalten die Selbstwahrnehmungsprozesse des eigenen Verhaltens von besonderer Bedeutung zu sein. Dieser Aspekt wurde in den empirischen Untersuchungen jedoch nur teilweise berücksichtigt. Es fehlen Untersuchungen über Selbstwahrnehmungsprozesse, die sich direkt auf verschiedene Komponenten des Verhaltens in sozialen Situationen beziehen.

Wir nehmen an, daß diese Selbstwahrnehmungsprozesse bei Selbstunsicheren gestört sind, d.h. daß sie ihr eigenes Verhalten negativer wahrnehmen als es tatsächlich ist. Als Kriterium für dieses "objektive" Verhalten können unserer Ansicht nach z.B. die Wahrnehmungen außenstehender Personen dienen, die das Verhalten selbstunsicherer Personen ebenfalls beobachten können.

Wir stellen daher für unsere Untersuchung folgende Hypothese auf: Selbstunsichere Personen zeigen im Vergleich zu Selbstsicheren gestörte Selbstwahrnehmungsprozesse, die sich darin ausdrücken, daß sie ihr eigenes Verhalten negativer wahrnehmen als es von außenstehenden Personen gesehen wird.

7.2. Standardsetzung

Ein weiterer wichtiger kognitiver Teilprozeß, der vor allem in verhaltenstheoretischen Selbstregulations-Modellen thematisiert wird (s.Kap. II.6.2.), läßt sich als Standardsetzung bezeichnen.

Kognitive Prozesse der Standardsetzung beziehen sich darauf, daß Individuen sich Zielsetzungen oder Leistungskriterien für eigene Handlungen setzen, die die Funktion von Gütemaßstäben besitzen. Mit den Begriffen Kriteriensetzung, Anspruchsniveausetzung u.ä. werden vergleichbare Prozesse beschrieben.

Welche Funktionen können nun kognitive Prozesse der Standardsetzung innerhalb eines Handlungsablaufs haben? Hierbei erscheinen uns zwei Phasen besonders wichtig.

In der Anfangsphase haben Standard- oder Zielsetzungen die Funktion, die Soll-Lage, die durch die Handlung erreicht werden soll, zu präzisieren.

Bei selbstsicherem Verhalten werden die Ziele, wie bereits erwähnt, häufig auf die Durchführung der sozial kompetenten Verhaltensweisen selbst bezogen sein, z.B. eigene Gefühle äußern, eigene Ansprüche anmelden etc.

Ziel- oder Standardsetzungen haben für die Handlung einerseits eine initiiierende Funktion, denn durch die Diskrepanz zwischen Soll- und Ist-Lage entsteht eine Erwartung, daß die Handlung zu einer Transformation der Ist- in die Soll-Lage führt. Daneben haben Standardsetzungen auch eine mobilisierende Funktion, denn die Zieldiskrepanz, d.h. der Unterschied zwischen Zielsetzung und Ausgangslage, bestimmt den Kräfteeinsatz der nachfolgenden Handlung (SCHMIDT, 1973). Gleichzeitig werden durch die Diskrepanz zwischen Soll- und Ist-Lage Gefühle wie Angst, Anspannung, Streß etc. ausgelöst, die mit dem Ausmaß der Zieldiskrepanz variieren (LANTERMANN, 1980).

In der Endphase einer Handlung spielen Standardsetzungen bei der Ergebnisbewertung eine Rolle, in der die Handlungsergebnisse mit den Zielsetzungen verglichen werden. Je nachdem, wie diese Selbstbewertung ausfällt, werden nachfolgende Prozesse der Selbstverabreichung von Konsequenzen, d.h. Selbstverstärkung oder -bestrafung, ausgelöst (KANFER, 1973). Die Zielerreichungsdiskrepanz (SCHMIDT, 1973), d.h. der Unterschied zwischen Handlungsergebnis und Standard, wirkt gleichzeitig steuernd und korrigierend auf nachfolgende Handlungen, z.B. über Veränderungen der Zielsetzungen und Standards.

Angesichts der Bedeutung, die kognitive Prozesse der Standardsetzung hier haben, können Störungen oder unangemessene Formen dieser Prozesse unserer Ansicht nach entscheidende negative Wirkungen auf den Handlungsablauf selbstsicheren Verhaltens haben.

Es ist anzunehmen, daß vor allem extrem hohe oder rigide, schwer veränderbare Verhaltensstandards den Handlungsablauf negativ beeinflussen.

Extrem hohe Standards bedeuten, daß die Zieldiskrepanz, d.h. der Unterschied zwischen Ist- und Soll-Lage, vergrößert wird.

Bei extremer Ausprägung der Zieldiskrepanz ist unserer Ansicht nach zu vermuten, daß der Unterschied als nicht mehr überbrückbar erscheint und somit auch keine Handlungsaktivierung und kein Kräfteeinsatz erfolgt. Daneben wird eine extreme Zieldiskrepanz vermutlich auch stärker negativ getönte Emotionen auslösen. In der Phase der Ergebnisbewertung führen extrem hohe Standards dazu, daß die Diskrepanz zwischen Handlungsergebnis und Kriterium vergrößert wird und somit die Selbstbewertung negativ ausfällt, wodurch auch nachfolgende Prozesse der Selbstverstärkung negativ beeinflußt werden.

Extrem hohe Standards und damit verbundene negative Selbstbewertungen werden als bedingende Faktoren zahlreicher psychischer Störungen betrachtet (s. BANDURA, 1971; MAHONEY & THORESEN, 1974; BECK, 1972, 1979; BECK & GREENBERG, 1979).

Auch die "irrationalen Ideen" oder "mußturbatorischen Ideologien", auf die nach ELLIS (1977a, 1979) die meisten psychischen Probleme und Verhaltensstörungen zurückgeführt werden können, lassen sich als überhöhte Zielsetzungen oder Standards begreifen.

Im Zusammenhang mit Selbstunsicherheit wurden negative Selbstbewertungen festgestellt (s. Kap. II.5.2.). Die Ergebnisse sprechen dafür, daß Selbstunsichere höhere Standards für ihre Selbstbewertung haben, jedoch wurden die Prozesse der Standardsetzung nicht direkt untersucht.

Der festgestellte Zusammenhang mit "irrationalen Ideen" spricht ebenfalls dafür, daß extrem hohe Zielsetzungen oder Standards, die sich hier allerdings auf sehr unterschiedliche Verhaltens- und Lebensbereiche beziehen, mit Selbstunsicherheit einhergehen.

Nicht untersucht wurden dagegen Prozesse der Standardsetzung, die sich direkt auf das eigene (selbstsichere) Verhalten beziehen. Wir nehmen hier an, daß selbstunsichere Personen zwar nicht absolut höhere Standards für die Durchführung ihres eigenen Verhaltens haben, aber daß bei ihnen die Diskrepanzen zwischen Soll- und Ist-Lage größer sind als bei Selbstsicheren.

Das bedeutet, daß Selbstunsichere im Verhältnis zur wahrgenommenen Ist-Lage höhere Standards haben.

Für unsere Untersuchung formulieren wir daher folgende Hypothese: Selbstunsichere haben im Verhältnis zur wahrgenommenen Ist-Lage höhere Standards für ihr eigenes Verhalten als Selbstsichere, d.h. die Diskrepanzen zwischen Soll- und Ist-Lage sind bei ihnen größer.

7.3. Mittel-Ziel-Denken

Wie anfangs erwähnt sollen auch aus speziellen, eher klinisch-psychologischen Ansätzen Hinweise auf kognitive Steuerungsprozesse entnommen werden, die für den Bereich sozialer Kompetenz relevant sein können. Einen wichtigen Ansatz stellt hierbei der interpersonelle Problemlöseansatz von SPIVACK, PLATT & SHURE (1976) dar, in dem eine Reihe von kognitiven Prozessen bzw. kognitiven Fertigkeiten beschrieben werden, die für das Lösen interpersoneller Probleme von Bedeutung sind.

Besonders wichtig ist dabei das "Mittel-Ziel-Denken", das die kognitive Fertigkeit bezeichnet, einen schrittweisen Plan zur Zielerreichung aufzustellen, der die einzelnen Lösungsschritte und Mittel zur Zielerreichung umfaßt.

Hinzu kommt die Berücksichtigung möglicher Hindernisse und einer zeitlichen Perspektive auf dem Weg zur Zielerreichung.

Wir wollen nun versuchen, die möglichen Funktionen der als "Mittel-Ziel-Denken" bezeichneten kognitiven Prozesse innerhalb eines Handlungsablaufs zu skizzieren.

Unserer Ansicht nach können sie besonders in der Phase der Handlungsplanung von Bedeutung sein. Denn nach der Wahrnehmung von Ist-Soll-Diskrepanzen und der Herausbildung von Handlungszielen bildet die Person in dieser Phase ein "Handlungsprogramm" (LANTERMANN, 1980). Dabei wird der Handlungsablauf präzisiert und die zur Verfügung stehenden Operatoren oder Handlungsmöglichkeiten aktualisiert. Kognitive Prozesse des Mittel-Ziel-Denkens beziehen sich nun direkt darauf, einzelne Handlungsschritte oder Operatoren zur Zielerreichung in interpersonellen Problemsituationen zu entwickeln. Von daher nehmen wir an, daß Prozesse des Mittel-Ziel-Denkens in dieser Handlungsphase besonders wirksam werden und daß Störungen oder Mängel im Mittel-Ziel-Denken den Handlungsablauf selbstsicheren Verhaltens negativ beeinflussen können.

Defizite oder Störungen der kognitiven Prozesse des Mittel-Ziel-Denkens sind mit verschiedenen psychischen Störungen und Formen allgemeiner sozialer Fehlanpassung in Zusammenhang gebracht worden (SHURE & SPIVACK, 1972; PLATT & SPIVACK, 1972a, b, 1973, 1974; PLATT, SPIVACK, ALTMAN, ALTMAN & PEIZER, 1974; PLATT, SIEGEL & SPIVACK, 1975; SIEGEL, PLATT & PEIZER, 1976; PLATT & SIEGEL, 1976; GOTTLIB & ASARNOW, 1979).

Die Untersuchungen legen nahe, daß Mängel oder Störungen der kognitiven Prozesse des Mittel-Ziel-Denkens bedingende Faktoren für Verhaltensstörungen darstellen können.

Es ist allerdings zu fragen, ob die erfaßten Prozesse sich nur auf die Fertigkeit beziehen, spontan einen Handlungs- oder Lösungsplan aufzustellen und die relevanten Lösungsschritte und Mittel zu entwickeln, oder ob nicht noch andere Variablen mit erfaßt werden.

Zwar scheint das Wissen um die Effektivität möglicher (vorgegebener) Lösungen keine Rolle zu spielen (PLATT, SIEGEL & SPIVACK, 1975), jedoch bleibt offen, ob nicht das Wissen einer Person über verschiedene Lösungsmittel und -wege hier mit einfließt (SIEGEL, PLATT & PEIZER, 1976).

Im Zusammenhang mit Selbstunsicherheit wurden kognitive Prozesse des Mittel-Ziel-Denkens lediglich in einer erst kürzlich erschienenen Arbeit von BRUCH (1981) untersucht. Hier konnten keine Unterschiede im Mittel-Ziel-Denken bei Selbstsicheren und Selbstunsicheren festgestellt werden, wobei es sich allerdings um studentische Probanden handelte. Wir nehmen jedoch trotzdem an, das selbstunsichere Personen Defizite aufweisen, d.h. daß sie im Vergleich zu selbstsicheren Personen weniger in der Lage sind, einen schrittweisen Plan zur Zielerreichung in interpersonellen Problemsituationen aufzustellen.

Als Hypothese für unsere Untersuchung formulieren wir daher: Selbstunsichere Personen zeigen im Vergleich zu Selbstsicheren Mängel bzw. Defizite in bezug auf kognitive Prozesse des Mittel-Ziel-Denkens.

7.4. Konsequenz-Erwartungen

Als besonders wichtige kognitive Steuerungsprozesse, die in mehreren der o.g. Ansätze (s. Kap.II.6.) auftauchen, werden die Erwartungen von Individuen betrachtet. Von den verschiedenen Formen der Erwartungen stellen Konsequenz-Erwartungen einen Aspekt dar, der besonders für den Bereich sozialer Kompetenz relevant zu sein scheint.

Verhaltens-Konsequenz-Erwartungen stellen Hypothesen des Individuums darüber dar, welche Konsequenzen auf welches Verhalten folgen werden und beschreiben in einer Art "wenn-dann" Form die Beziehungen zwischen Verhaltensalternativen und antizipierten Konsequenzen (MISCHEL, 1973).

Die Prozesse der Verhaltens-Konsequenz-Erwartungen wurden von HECKHAUSEN (1977) noch ausdifferenziert in Handlungs-Ergebnis-Erwartung und Ergebnis-Folge-Erwartung.

Die Handlungs-Ergebnis-Erwartung bezieht sich darauf, wieweit eine Handlung in einer Situation zu einem bestimmten Resultat führen wird, und stellt mehr die subjektive Erfolgswahrscheinlichkeit dar. Die Ergebnis-Folge-Erwartung dagegen entspricht eher der Verhaltens-Konsequenz-Erwartung im Sinne von MISCHEL (1973), denn sie bezieht sich auf die antizipierten Konsequenzen aus dem Handlungsergebnis, wie z.B. mögliche Fremdbewertung, Selbstbewertung, materieller Gewinn oder Verlust etc.

Wenn wir von Konsequenz-Erwartungen sprechen, beziehen wir uns auf diesen letzteren Aspekt.

Im Zusammenhang mit Erwartungen über mögliche Verhaltens-Konsequenzen spielen zwei Variablen eine Rolle (FIEDLER & BEACH, 1978). Die eine betrifft die Nützlichkeit oder Erwünschtheit möglicher Konsequenzen, d.h. wieweit sie positiv oder negativ bewertet werden.

Diese Dimension entspricht den "subjektiven Stimulus-Werten" (MISCHEL, 1973) bzw. den "Anreizwerten" (HECKHAUSEN, 1977), die mögliche Konsequenzen für die Person besitzen. Die andere Dimension betrifft die subjektive Wahrscheinlichkeit, daß die möglichen Konsequenzen auch wirklich auftreten.

Wir wollen nun kurz aufzeigen, daß kognitive Prozesse der Konsequenz-Erwartungen innerhalb eines Handlungsablaufs vor allem in der Phase der Handlungsplanung eine wichtige Funktion haben können. Denn hier werden die Handlungsentwürfe und Handlungsschritte hinsichtlich ihrer Zielerreichbarkeit und Angemessenheit geprüft. Die Auswahl einer Handlung erfolgt nach bestimmten Wahl-Kriterien, die auf der Grundlage der subjektiven Anreizwerte möglicher Folgen sowie der subjektiven Eintretenswahrscheinlichkeit möglicher Konsequenzen gebildet werden (LANTERMANN, 1980). Kognitive Prozesse der Konsequenz-Erwartungen sind also wichtig, da sie die Basisinformationen zur Auswahl einer Handlung liefern.

Wir nehmen daher an, daß unangemessene oder unrealistische Konsequenz-Erwartungen den Handlungsablauf selbstsicheren Verhaltens negativ beeinflussen können.

Wir denken dabei vor allem an die Möglichkeit, daß die Konsequenzen möglicher Handlungen in unangemessener Weise negativ bewertet werden oder die subjektiven Wahrscheinlichkeiten möglicher Konsequenzen nicht mit den realen Kontingenzen übereinstimmen.

Fehlerhafte Verhaltens-Konsequenz-Erwartungen sind vielfach als Bedingungen für Verhaltensstörungen betrachtet worden (s. MAHONEY, 1977a). So meint MISCHEL (1973), daß "unangepaßte" Individuen sich nach Erwartungen verhalten, die nicht mit den tatsächlichen Kontingenzregeln in seiner Lebenssituation übereinstimmen.

Im Zusammenhang mit Selbstunsicherheit sind kognitive Prozesse der Konsequenz-Erwartungen ebenfalls empirisch untersucht worden (s. Kap. II.5.2.). Die Ergebnisse sind zwar nicht eindeutig, jedoch weist einiges darauf hin, daß Selbstunsichere negative Konsequenzen auf selbstsicheres Verhalten als wahrscheinlicher und positive Konsequenzen als unwahrscheinlicher einschätzen als Selbstsichere.

Wir stellen daher folgende Hypothese für unsere Untersuchung auf: Selbstunsichere haben im Vergleich zu Selbstsicheren "negativere" Konsequenz-Erwartungen, d.h. sie halten auf die Äußerung selbstsicheren Verhaltens negative Reaktionen des Interaktionspartners für wahrscheinlicher.

7.5. Selbstermutigungs-Instruktionen

Ein spezifischer kognitiver Teilprozeß, der in den o.g. Ansätzen (s. Kap.II.6.) nicht direkt thematisiert wird, taucht in dem klinisch-psychologischen Ansatz von MEICHENBAUM (z.B. 1977, 1979) auf und läßt sich als "Selbstermutigungs-Instruktionen" bezeichnen.

Selbstinstruktionen bezeichnen interne Selbstanweisungen, die sich direkt auf die auszuführende Handlung beziehen und eine unterstützende und steuernde Funktion ausüben (s. MEICHENBAUM, 1973; MEICHENBAUM & CAMERON, 1973).

Die Selbstinstruktionen können sich dabei auf unterschiedliche kognitive Prozesse in einem Handlungsablauf beziehen, wie z.B. Prozesse der Aufmerksamkeit, der Handlungsplanung und Selbstverabreichung von Konsequenzen.

Einen spezifischen Aspekt kognitiver Prozesse, der in anderen Modellen wenig thematisiert wird, repräsentieren die "bewältigenden oder coping-Selbstinstruktionen".

Diese Prozesse beziehen sich darauf, "sich zur Durchführung der Aufgabe 'psychisch aufzuraffen' und mit der intensiven Furcht, die einem widerfahren könnte, fertigzuwerden" (MEICHENBAUM, 1977, S.425).

Derartige kognitive Prozesse haben also die Funktion, sich selbst zur Durchführung einer bestimmten Handlung, z.B. Begegnung mit Streßbedingungen, Provokationen u.ä., zu ermutigen und sich bei der Auseinandersetzung mit diesen Situationen auf eigene Bewältigungsfertigkeiten zu konzentrieren.

Wir wollen versuchen, die möglichen Funktionen von kognitiven Prozessen der Selbstermutigung innerhalb eines Handlungsablaufs zu skizzieren.

Sie erscheinen uns vor allem in den Phasen der Handlungsplanung und -durchführung von Bedeutung zu sein.

Bevor aus der Handlungsabsicht eine Handlungstendenz, d.h. ein Vorsatz zu einer konkreten Handlung, entsteht, werden bei der Prüfung auf Angemessenheit und Zielerreichbarkeit des Handlungsentwurfs auch mögliche hemmende Faktoren berücksichtigt (s. LANTERMANN, 1980). Hierzu können z.B. situative Barrieren, unzureichende Informationen, ungeeignete Handlungsprogramme u.ä. zählen. Überwiegen diese hemmenden Faktoren, wird aus der Handlungsabsicht kein Vorsatz gebildet.

Kognitive Prozesse der Selbstermutigung können hier u.E. die Funktion haben, daß die Person trotz hemmender Faktoren einen Vorsatz faßt und die Handlung ausführt. Ebenso können sie während der Handlungsdurchführung eine unterstützende Rolle spielen. Wir nehmen daher an, daß unangemessene oder defizitäre Selbstermutigungsprozesse den Handlungsablauf selbstsicheren Verhaltens negativ beeinflussen können.

Es ist bislang nur wenig empirisch untersucht worden, wieweit Mängel oder Störungen der kognitiven Prozesse der Selbstermutigung, repräsentiert durch Selbstverbalisationen, mit Verhaltensstörungen im Zusammenhang stehen, da zumeist allgemein Selbstgespräche bzw. der "innere Dialog" untersucht wurde, der sich auf sehr unterschiedliche kognitive Prozesse bezieht (s. MEICHENBAUM, 1979).

Auch im Zusammenhang mit Selbstunsicherheit wurden Veränderungen der Selbstverbalisationen festgestellt (s. Kap. II.5.2.). Die untersuchten Selbstverbalisationen wurden jedoch nur nach positiv vs. negativ differenziert und repräsentierten auch unterschiedliche kognitive Prozesse.

Insgesamt läßt sich aus den Arbeiten nicht feststellen, wieweit auch direkt kognitive Prozesse der Selbstermutigung bzw. repräsentierende Selbstverbalisationen mit erfaßt wurden.

Wir nehmen aber an, daß selbstunsichere Personen Defizite oder Störungen dieser Prozesse aufweisen. Als Hypothese für unsere Untersuchung formulieren wir daher: Selbstunsichere zeigen im Vergleich zu Selbstsicheren gestörte Prozesse der Selbstermutigung und zwar in der Form, daß sie seltener selbstermutigende und häufiger selbstentmutigende Selbstverbalisationen äußern als Selbstsichere.

7.6. Attribuierungen

Als weitere wichtige kognitive Steuerungsprozesse, die in einigen der o.g. Ansätze (s. Kap. II.6.) thematisiert werden, vor allem aber auch in eher klinisch-psychologischen Ansätzen aufgegriffen werden, werden die Attribuierungen von Personen betrachtet.

Kognitive Attribuierungsprozesse beziehen sich darauf, daß Personen wahrgenommenen Ereignissen und Verhaltensweisen bestimmte Ursachen zuordnen (s. JONES & DAVIS, 1965; KELLEY, 1971, 1973).

Für die Verhaltenssteuerung besonders bedeutsam erscheinen Attribuierungsprozesse, die sich auf das eigene Handeln bzw. das Handlungsergebnis beziehen.

WEINER et al. (1971) haben für den Bereich der Leistungsmotivation ein Attributionsmodell entwickelt, das die Prozesse der Ursachenzuschreibung für Leistungsverhalten spezifiziert. Hiernach werden Handlungsergebnisse (bzw. Erfolg oder Mißerfolg) auf eine von vier Ursachen zurückgeführt: Fähigkeit, Anstrengung, Aufgabenschwierigkeit oder Zufall. Diese vier Ursachen-Faktoren lassen sich auf zwei Dimensionen anordnen: internal vs. external und stabil vs. instabil.

Dieses zweidimensionale Attributionsmodell läßt sich auch auf andere Verhaltensbereiche übertragen. In der bisherigen Forschung über Ursachenzuschreibungen stand allerdings die Dimension "internal vs. external" weitgehend im Vordergrund.

ROTTER (1966) hat mit dem Konstrukt der "Internen vs. externen Kontrolle von Verstärkung" eine Variable beschrieben, die mit generalisierten Attribuierungstendenzen auf der Dimension internal vs. external eng verknüpft ist.

Einige Autoren haben darauf aufmerksam gemacht, daß die Dimension internal vs. external nicht einheitlich ist, sondern daß die generalisierten Attribuierungstendenzen unterschiedlich sein können, je nachdem ob sie sich auf positive oder negative Ereignisse bzw. Konsequenzen beziehen (s. MISCHEL, ZEISS & ZEISS, 1974; SHAVER, 1975).

Das bedeutet, daß Individuen beispielsweise für negative Konsequenzen internale Attribuierungsmuster, dagegen für positive Ereignisse generalisierte externale Attribuierungstendenzen zeigen können.

Wir wollen nun versuchen aufzuzeigen, welche Funktionen generalisierte internale oder externale Attribuierungstendenzen innerhalb eines Handlungsablaufs haben können.

In der Anfangsphase einer Handlung, in der ein Handlungsprogramm gebildet wird und eine Aktivierung zum Handeln erfolgt (LANTERMANN, 1980), können unterschiedliche Attribuierungsmuster die Auswahl möglicher Handlungsalternativen und den Kräfteinsatz zur Handlungsdurchführung entscheidend beeinflussen.

Ebenso spielen Attribuierungstendenzen in der Phase der Ergebnisbewertung eine wichtige Rolle. Denn die Selbstbewertung, d.h. der Vergleich von Handlungsergebnis und Standard, führt nicht automatisch zu selbstverabreichten Konsequenzen, da kognitive Attribuierungsprozesse dazwischengeschaltet sind.

Wird nämlich das Handlungsergebnis auf externale Faktoren attribuiert, so werden die Prozesse der Selbstverstärkung oder Selbstbestrafung gar nicht oder nur abgeschwächt eintreten. Nur wenn die Person das Handlungsergebnis sich selbst zuschreibt, wird sie sich positive oder negative Konsequenzen selbst verabreichen (s. HECKHAUSEN, 1974; BANDURA, 1979).

Ferner können kognitive Attribuierungsprozesse einen Einfluß darauf haben, wie weit die Verhaltens-Konsequenz-Erwartungen sich ändern und sich somit den realen Kontingenzen anpassen können.

Denn nur wenn die Person die Konsequenzen internal attribuiert bzw. als abhängig vom eigenen Verhalten sieht, wird das Eintreten/Nicht-Eintreten der Konsequenzen die Verhaltens-Konsequenz-Erwartung stärken bzw. schwächen, während bei externaler Attribuierung die Erwartungen kaum beeinflusst werden (ROTTER, 1966).

Diese Überlegungen machen deutlich, daß kognitive Attribuierungsprozesse den Handlungsablauf an verschiedenen Stellen beeinflussen können. Wir nehmen daher an, daß bestimmte Formen generalisierter Attribuierungstendenzen negative Auswirkungen auf selbstsicheres Verhalten haben können.

Generalisierte Attribuierungstendenzen sind mit verschiedenen Verhaltensstörungen und Problembereichen in Beziehung gebracht worden (s. LEFCOURT, 1966; VALINS & NISBETT, 1971; STRICKLAND, 1978). Besonders ungünstig wirkt sich offensichtlich die Kombination von internalen Attribuierungen für negative Ereignisse und externalen Attribuierungen für positive Ereignisse aus (s. STRICKLAND, 1978; BECK & GREENBERG, 1979).

Generalisierte Attribuierungstendenzen wurden auch im Zusammenhang mit Selbstunsicherheit untersucht (s. Kap. II.5.2.). Die Ergebnisse sind allerdings widersprüchlich. Wir nehmen jedoch an, daß Selbstsichere und Selbstunsichere sich hinsichtlich generalisierter Attribuierungstendenzen unterscheiden. Wir formulieren daher folgende Hypothese für unsere Untersuchung: Selbstunsichere zeigen im Vergleich zu Selbstsicheren umgekehrte generalisierte Attribuierungstendenzen und zwar in der Weise, daß Selbstunsichere

negative Ereignisse stärker internal und positive Ereignisse stärker external attribuieren, während Selbstsichere ein entgegengesetztes Attribuierungsmuster zeigen.

7.7. Selbstverstärkung

Ein weiterer kognitiver Steuerungsprozeß, der vor allem in verhaltenstheoretischen Selbstregulations-Modellen ausführlich thematisiert wird (s.Kap.II.6.2.), wird als Selbstverstärkung bezeichnet.

Kognitive Prozesse der Selbstverstärkung, oder allgemeiner: der Selbstverabreichung von Konsequenzen, beziehen sich darauf, daß Individuen sich selbst im Anschluß an eine Handlung bestimmte motivationale Konsequenzen setzen (s. MAHONEY, 1972; KANFER, 1977). Die Konsequenzen können dabei sowohl materieller als auch verbal-symbolischer Art sein, z.B. in Form von Selbstverbalisationen (KANFER, 1977).

Wir wollen versuchen, die möglichen Funktionen von kognitiven Prozessen der Selbstverabreichung von Konsequenzen innerhalb eines Handlungsablaufs aufzuzeigen.

Sie können u.E. besonders in der Phase der Ergebnissbewertung eine Rolle spielen. Nach der Selbstbewertung, d.h. dem Vergleich zwischen Handlungsergebnis und Standard, können Selbstverstärkungsprozesse hier zusätzliche motivationale Bedingungen für die Aufrechterhaltung oder Einschränkung des Handlungsablaufs liefern.

Die Art der selbstverabreichten Konsequenzen, d.h. Selbstverstärkung oder Selbstbestrafung, wird dabei weitgehend vom Ergebnis der Selbstbewertung bestimmt, d.h. ob das Handlungsergebnis den Standard übertrifft oder niedriger liegt (KANFER, 1973).

Die Selbstverstärkung kann aber auch unabhängig von der Selbstbewertung sein (KANFER & DUERFELDT, 1967). Darüberhinaus sind die Selbstverstärkungsprozesse abhängig von Attribuierungsprozessen, d.h. ob das Handlungsergebnis auf interne oder äußere Faktoren zurückgeführt wird, und von der Bedeutung, die die Person der Handlung zumißt (BANDURA, 1979).

Es läßt sich annehmen, daß die Bedeutung von Selbstverstärkungsprozessen größer ist, wenn äußere verstärkende Konsequenzen fehlen oder externe Konsequenzen negativ ausfallen. Dies wird bei selbstsicherem Verhalten zum Teil der Fall sein, da die Reaktionen der Interaktionspartner auf selbstsicheres Verhalten, insbesondere wenn es sich um Durchsetzung eigener Rechte und Forderungen handelt, auch negativ ausfallen können (s. HULL & SCHROEDER, 1979; WOOLFOLK & DEVER, 1979).

Wir nehmen daher an, daß Mängel oder unangemessene Formen der Selbstverstärkungsprozesse, die sich in fehlender Selbstverstärkung oder in der Kombination von mangelnder Selbstverstärkung und exzessiver Selbstbestrafung äußern können, den Handlungsablauf selbstsicheren Verhaltens negativ beeinflussen können.

Es gibt kaum Untersuchungen, die den Zusammenhang zwischen den spezifischen Prozessen der Selbstverabreichung von Konsequenzen und Verhaltensstörungen untersucht haben.

Hinweise auf Mängel oder Störungen der Selbstverstärkungsprozesse lassen sich nur indirekt aus Studien ziehen, die einen Zusammenhang von hohen Verhaltensstandards und negativen Selbstbewertungen mit verschiedenen Verhaltensstörungen festgestellt haben (s. Kap.II.7.2.).

Es ist anzunehmen, daß bei diesen negativen Selbstbewertungen, d.h. wenn die Leistung nicht den Standard erreicht, auch die Selbstverstärkungsprozesse allgemein eher negativ ausfallen.

Auch aus den Untersuchungen von MEICHENBAUM (1973, 1977) über Veränderungen der Selbstgespräche bei bestimmten Verhaltensstörungen läßt sich nicht entnehmen, wieweit Defizite oder unangemessene Formen der Selbstverstärkung in Form verbal-symbolischer Verstärker direkt mit beteiligt sind.

Im Zusammenhang mit Selbstunsicherheit wurden kognitive Prozesse der Selbstverabreichung von Konsequenzen ebenfalls nicht direkt untersucht. Aus den Studien über hohe Standards und negative Selbstbewertungen bei Selbstunsicherheit läßt sich nur indirekt schließen, daß auch die Selbstverstärkungsprozesse eher negativ getönt sind. Wir nehmen aber an, daß Selbstsichere und Selbstunsichere sich in ihren Selbstverstärkungsprozessen unterscheiden.

Als Hypothese für unsere Untersuchung formulieren wir daher: Selbstunsichere Personen zeigen im Vergleich zu Selbstsicheren gestörte Selbstverstärkungsprozesse und zwar in der Form, daß sie seltener selbstverstärkende und häufiger selbstbestrafende Selbstverbalisationen äußern als Selbstsichere.

III. FRAGESTELLUNGEN DER ARBEIT

In diesem Teil wollen wir die Fragestellungen und Untersuchungsziele unserer Arbeit im Überblick darstellen.

Zunächst sollen die Haupt-Fragestellungen, die in den vorangegangenen Abschnitten theoretisch abgeleitet und bereits als Hypothesen formuliert wurden, noch einmal zusammengefaßt werden. Anschließend werden weitere zusätzliche Untersuchungsziele formuliert, die auf eine Präzisierung und Differenzierung unserer hauptsächlichen Fragestellungen abzielen.

1. Zusammenfassung der Hypothesen

Unsere wesentlichen Fragestellungen beziehen sich auf die Hypothese, daß sich selbstunsichere und selbstsichere Personen durch unterschiedliche kognitive Prozesse auszeichnen. Im einzelnen nehmen wir an:

1. Selbstunsichere Personen zeigen im Vergleich zu selbstsicheren Personen gestörte Selbstwahrnehmungsprozesse in der Form, daß sie ihr eigenes Verhalten in sozialen Situationen negativer wahrnehmen als es von außenstehenden Personen gesehen wird.
2. Selbstunsichere haben im Verhältnis zur wahrgenommenen Ist-Lage höhere Standards für ihr eigenes Verhalten als Selbstsichere, d.h. sie weisen größere Diskrepanzen zwischen Standard und Ist-Lage auf.
3. Selbstunsichere weisen im Vergleich zu Selbstsicheren Mängel bzw. Defizite in bezug auf kognitive Prozesse des Mittel-Ziel-Denkens auf, d.h. sie sind weniger in der Lage, einen Plan zur Zielerreichung in interpersonellen Problemsituationen aufzustellen.

4. Selbstunsichere haben "negativere" Konsequenz-Erwartungen als Selbstsichere, d.h. sie halten auf die Äußerung selbstsicherer Verhaltensweisen negative Reaktionen des Interaktionspartners für wahrscheinlicher.
5. Selbstunsichere zeigen im Vergleich zu Selbstsicheren gestörte Prozesse der Selbstermutigung, d.h. sie äußern seltener ermutigende und häufiger entmutigende Selbstverbalisationen als Selbstsichere.
6. Selbstunsichere zeigen im Vergleich zu Selbstsicheren umgekehrte generalisierte Attribuierungstendenzen, d.h. sie attribuieren positive Ereignisse stärker external und negative Ereignisse stärker internal.
7. Selbstunsichere zeigen im Vergleich zu Selbstsicheren gestörte Selbstverstärkungsprozesse, d.h. sie äußern seltener verstärkende und häufiger bestrafende Selbstverbalisationen als Selbstsichere.

Das Hauptziel unserer Arbeit besteht demnach in der Überprüfung, ob sich zwei Gruppen von selbstunsicheren und selbstsicheren Personen hinsichtlich der hier spezifizierten kognitiven Prozesse unterscheiden.

2. Zusätzliche Fragestellungen

Neben den oben genannten, theoretisch abgeleiteten Hypothesen wollen wir einige zusätzliche Fragestellungen überprüfen, die mehr explorativen Charakter haben und zum Teil aus eigenen praktischen therapeutischen Erfahrungen mit selbstunsicheren Klienten abgeleitet sind.

2.1. Einfluß der Variablen Geschlecht, Alter und Schulbildung

Während in den Hypothesen angenommen wird, daß sich Selbstsichere und Selbstunsichere generell hinsichtlich der aufgeführten kognitiven Prozesse unterscheiden, wollen wir auch untersuchen, ob die Variablen Geschlecht, Alter und Schulbildung der Probanden eventuell einen Einfluß auf die Ausprägung der kognitiven Prozesse mit haben.

Wenn hier Bedingungseinflüsse oder Wechselwirkungen mit dem Merkmal "Selbstunsicherheit" vorliegen, könnte das Hinweise darauf liefern, daß die Beziehungen zwischen Selbstunsicherheit und den kognitiven Prozessen differenzierter zu betrachten sind, beispielsweise daß die Zusammenhänge nur bei Männern oder nur bei jüngeren Personen auftreten.

Hinweise auf derartige differentielle Ergebnisse finden sich in der Literatur allerdings nur selten (z.B. GLASGOW & ARKOWITZ, 1975). Wir verstehen daher dieses Untersuchungsziel als mehr explorative Fragestellung, die möglicherweise Hinweise auf differentielle Zusammenhänge geben kann, die dann näher untersucht werden müßten.

2.2. Differentielle Zusammenhänge zwischen verschiedenen Bereichen der Selbstunsicherheit und kognitiven Prozessen

In den Hypothesen wird angenommen, daß sich allgemein Selbstunsichere von Selbstsicheren hinsichtlich der dort spezifizierten kognitiven Prozesse unterscheiden. Wir vermuten allerdings, daß diese postulierten Zusammenhänge zwischen Selbstunsicherheit und den kognitiven Prozessen in verschiedenen Teilbereichen sozialer Inkompetenz nicht gleichmäßig sind, sondern daß sich hier eventuell differentielle Zusammenhänge zeigen.

Wir nehmen an, daß sich in verschiedenen Bereichen der Selbstunsicherheit, z.B. Kritikangst oder Kontaktangst, unterschiedlich starke Zusammenhänge mit einzelnen kognitiven Prozessen bzw. mit bestimmten Kombinationen kognitiver Prozesse zeigen.

Derartige unterschiedliche Strukturen kognitiver Prozesse würden unseren eigenen klinischen Erfahrungen entsprechen. Wir konnten in Therapien mit selbstunsicheren Klienten beobachten, daß bei den einzelnen Klienten mit unterschiedlichen Problemschwerpunkten jeweils ganz spezielle kognitive Prozesse im Vordergrund standen. Die individuellen Problemanalysen lieferten Hinweise darauf, daß die Probleme durch spezifische Kognitionen bedingt wurden, die je nach Klient und Selbstunsicherheits-Problematik unterschiedlich waren.

Wir wollen daher untersuchen, ob dieser subjektive Eindruck bestätigt werden kann, d.h. ob differentielle Zusammenhänge zwischen verschiedenen Aspekten der Selbstunsicherheit und speziellen Kognitionen bestehen.

IV. DURCHFÜHRUNG DER UNTERSUCHUNG

1. Untersuchungsplan und methodologische Einordnung

In unserer Studie soll untersucht werden, ob sich selbstunsichere Personen von selbstsicheren Personen hinsichtlich der in den vorangegangenen Abschnitten spezifizierten kognitiven Prozesse unterscheiden. Aufgrund der theoretischen Vorüberlegungen nehmen wir an, daß zwischen diesen kognitiven Prozessen und dem Ausmaß der Selbstunsicherheit/-sicherheit ein Zusammenhang besteht, wobei den kognitiven Prozessen eine bedingende Funktion für das Merkmal Selbstunsicherheit/-sicherheit zugesprochen wird.

Eine experimentelle Variation der Variablen läßt sich hier nicht herstellen, da es sich um sogenannte "präexperimentelle Variablen" (STELZL, 1974) handelt, die bereits aufgetreten sind.

Wir gehen daher von der Variable Selbstunsicherheit/-sicherheit aus und versuchen, Zusammenhänge mit den Variablen der kognitiven Prozesse festzustellen. Ähnlich wie bei einer "Ex-post-fakto-Anordnung" (s. CHAPIN, 1956; ZIMMERMANN, 1972) geht es uns darum, aus bereits vorliegendem Datenmaterial nachträglich Ursachen für bestimmte bekannte Wirkungen zu finden.

Anhand bestimmter Kriterien sollen zwei Extremgruppen, Selbstsichere und Selbstunsichere, gebildet werden und auf Unterschiede hinsichtlich verschiedener kognitiver Prozesse geprüft werden. Unser Untersuchungsplan läßt sich als korrelationsstatistischer Ansatz (s. HARTIG, 1975) kennzeichnen, wobei dem Merkmal Selbstunsicherheit/-sicherheit der Charakter einer unabhängigen Variable zukommt, während die untersuchten kognitiven Prozesse als quasi abhängige Variablen bezeichnet werden können.

Eine Schwäche dieser Versuchsanordnung liegt darin, daß nicht ausgeschlossen werden kann, daß beide Gruppen sich auch noch hinsichtlich anderer Variablen unterscheiden. Zwar können die Gruppen hinsichtlich bestimmter Variablen, z.B. Alter, Geschlecht und Schulbildung, auf Gleichverteilung überprüft werden, jedoch können noch weitere Unterscheidungsmerkmale im Sinne von UV existieren.

Eine weitere Schwäche besteht darin, daß sich keine Aussagen über Kausal-Beziehungen gewinnen lassen, sondern nur über korrelative Zusammenhänge zwischen den Variablen. Wichtig ist hierbei die genaue Spezifizierung der Hypothesen, da leicht die Gefahr der Anpassung der Hypothesen an die gefundenen korrelativen Beziehungen besteht (ZIMMERMANN, 1972).

Zur Überprüfung der zusätzlichen Fragestellung, ob die Variablen Alter, Geschlecht und Schulbildung einen Einfluß auf die Ausprägung der kognitiven Prozesse haben, sollen diese Variablen als weitere Bedingungsfaktoren in den Extremgruppenvergleich einbezogen werden. Das bedeutet, daß zusätzlich varianzanalytische Verfahren mit jeweils zwei Bedingungsfaktoren durchgeführt werden sollen, wobei ein Faktor das Merkmal Selbstunsicherheit/-sicherheit darstellt, während als zweiter Faktor jeweils die Variable Alter bzw. Geschlecht bzw. Schulbildung herangezogen wird.

Zur Überprüfung der Fragestellung, ob zwischen verschiedenen Bereichen der Selbstunsicherheit und den kognitiven Prozessen differentielle Zusammenhänge bestehen, soll eine korrelationsstatistische Analyse der Daten durchgeführt werden. Hierbei sollen einzelne Korrelationen zwischen dem Ausmaß der Selbstunsicherheit in unterschiedlichen Problembereichen und der Ausprägung der kognitiven Prozesse berechnet werden.

2. Die Probanden

2.1. Gewinnung der Probanden

Als Probanden für die Gruppe der Selbstunsicheren suchten wir Personen, die nicht nur vom Erreichen bestimmter Werte in diagnostischen Meßinstrumenten als selbstunsicher bezeichnet werden können, sondern auch mit der klinischen Gruppe selbstunsicherer Klienten vergleichbar sind.

Hier bestand für uns die Möglichkeit, 48 Teilnehmer an einem Projekt am Psychologischen Institut, in dem verschiedene Varianten von Selbstsicherheitstrainings durchgeführt wurden, als Probanden zu gewinnen. (Eine Pb. fiel aus, da sie zu viele Fragebogen nicht beantwortet hatte).

Es handelte sich hierbei um ein Forschungsprojekt zum Thema "Selbstsicherheit", das am Psychologischen Institut der Westfälischen Wilhelms-Universität unter Leitung von Prof. Dr. Hanko BOMMERT und Dipl.-Psych. Eva KESSLER durchgeführt wurde. Das Ziel des Projektes bestand in einem differentiellen Methodenvergleich eines verhaltenstherapeutisch und eines kognitiv orientierten Selbstsicherheitstrainings. Als Klienten wurden selbstunsichere Personen ausgewählt, deren Hauptschwierigkeiten im Problembereich "Kritik" (Kritik annehmen und geben, negative Gefühle ausdrücken) oder "Kontakt" (Kontakte anknüpfen und weiterführen, positive Gefühle ausdrücken) lagen.

Die Gruppentrainings wurden in der Zeit von November 1978 bis Februar 1979 durchgeführt. Die Klienten, die für unsere Untersuchung zur Verfügung standen, gehörten zur Fremd-Warte-Kontrollgruppe und erhielten im Frühjahr 1979 therapeutische Behandlungen. (Einzelheiten zu diesem Projekt siehe KESSLER, in Vorber.).

Die Probanden nahmen an unserer Untersuchung teil, bevor sie einer therapeutischen Behandlung zugewiesen wurden.

Die Klienten dieses Projektes wurden mit Hilfe von Anzeigen geworben und die Behandlungen wurden kostenlos durchgeführt. Die "Hemmschwelle" gegenüber dem Eintritt in die Therapie war hier, verglichen mit psychologischen Beratungsstellen oder Praxen, also geringer, so daß man vermuten könnte, daß der Leidensdruck der Klienten nicht so stark war. Die Meßwerte der Klienten in verschiedenen Unsicherheits- und Persönlichkeitsfragebogen sowie die konkreten Problembeschreibungen und Problembearbeitungen innerhalb der Therapiesitzungen¹ machten jedoch deutlich, daß die Projekt-Klienten größtenteils durchaus vergleichbar mit einer klinischen Population Selbstunsicherer waren.

Als Probanden für die Gruppe der Selbstsicheren versuchten wir, eine möglichst große Stichprobe von "Normalen" zu erhalten, um nachträglich aufgrund der Meßwerte eine Gruppe selbstsicherer Personen zusammenzustellen, die in verschiedenen Variablen mit der Gruppe Selbstunsicherer vergleichbar sein sollte.

Das Auswahlverfahren der Stichprobe läßt sich als eine Art "Lawinen-Verfahren" bezeichnen, d.h. durch Ansprechen von Personen im Bekannten- und Freundeskreis wurden Personen gesucht, die bereit waren, selbst an der Untersuchung teilzunehmen bzw. weitere Personen als Teilnehmer zu gewinnen.

¹ Der Verfasser arbeitete in diesem Projekt zum Teil als Supervisor und als Therapeut mit.

Als Gegenleistung wurde den Teilnehmern ein Bericht über die Ergebnisse der Untersuchung versprochen.

Von 170 verteilten Fragebogen-Paketen¹ erhielten wir 87 zurück, was einer Rücklaufquote von 51 % entspricht. Von den 87 Probanden fielen 3 aus, die zu viele Fragebogen nicht ausgefüllt hatten.

Für beide erhobenen Stichproben trifft das Problem der "Selbst-Selektivität" (FRIEDRICHS, 1973, S.133) zu, da sie nur freiwillige Teilnehmer enthalten, die nicht zuvor zufällig oder nach bestimmten Merkmalen ausgewählt wurden.

Die Selbst-Selektivität unserer Stichproben kann dazu führen, daß sie gehäuft Personen mit bestimmten Merkmalen, z.B. hoher Motivation, Sensibilität für eigenes Erleben und Probleme o.ä., enthalten. Obwohl man dies kaum nachprüfen kann, ist eine derartige Möglichkeit bei der Interpretation und Generalisierung der Befunde zu berücksichtigen.

2.2. Paramter der Gesamtstichprobe

Unsere Gesamtstichprobe (N=131) setzt sich aus einer Klienten-Stichprobe (N=47) und einer "Normalen"-Stichprobe (N=84) zusammen.

Wir wollen im folgenden die Verteilung einiger Merkmale der Stichprobe darstellen, da auf der Basis der Gesamtstichprobe die faktorenanalytische Überprüfung einzelner Meßverfahren durchgeführt wurde.

¹Es sei hier schon vorweggenommen, daß die Erfassung sämtlicher Variablen, die in unserer Studie untersucht wurden, mit Hilfe von Fragebogen erfolgte.

Die Variable Geschlecht verteilt sich wie folgt:

Geschlecht	Männlich	Weiblich
Anzahl der Pbn.	37	94

Die Altersverteilung sieht folgendermaßen aus:

Jahre	16-20	21-25	26-30	31-35	36-40	41-45	über 45
Anz. d.Pbn.	4	32	34	21	19	15	6

Die Verteilung der Variable Schulbildung sieht folgendermaßen aus:

Abschluß	Hauptschule	mittl. Reife	Abitur
Anz.d.Pbn.	15	36	80

Die Verteilung auf verschiedene Berufsgruppen sieht wie folgt aus:

	Freie Berufe Selbständige	Beamte	Ange- stellte	Arbeiter Fach- arbeiter	Schüler Studenten	Haus- frauen
Anzahl d.Pbn.	8	31	51	3	22	16

3. Durchführung der Befragung¹

Die praktische Durchführung der Befragung sah in den Teilstichproben der Klienten und der "Normalen" etwas unterschiedlich aus.

Die Klienten aus dem Therapie-Projekt bekamen die Fragebogen zusammen mit anderen Tests kurz vor Beginn der Therapie zugeschickt mit der Aufforderung, sie ausgefüllt zur ersten Therapiesitzung mitzubringen (Anschreiben s. Anhang). Die Erhebung der Daten erfolgte im Frühjahr 1979.

Die Fragebogen wurden als diagnostische Voruntersuchungen bezeichnet, die für die Durchführung der Therapie wichtig sind. Diese Kennzeichnung hatte für die Motivation der Teilnehmer, die Fragebogen auszufüllen, sicher eine entscheidende Bedeutung. Auf der anderen Seite ist nicht auszuschließen, daß dadurch eine Beeinflussung insofern stattgefunden hat, daß die Pbn. ihren Zustand negativer darstellten.

Die Probanden der "Normalen"-Stichprobe wurden jeweils nach ihrer Bereitschaft zur Teilnahme gefragt, und nach ihrer Zustimmung wurde ihnen das Fragebogen-Paket überreicht mit der Bitte, es möglichst bald zurückzusenden (Anschreiben s. Anhang).

Während die Beantwortung der Fragebogen einen relativ großen Zeitaufwand erforderte (ca. 2 - 3 Stunden), konnten wir als Gegenleistung nur die Mitteilung der Ergebnisse versprechen. Dies mag ausschlaggebend gewesen sein für die relativ geringe Rücklaufquote, wenn man bedenkt, daß alle Empfänger von Fragebogen vorher ihre Zustimmung gegeben hatten.

¹ Hier sei noch einmal vorwegnehmend darauf hingewiesen, daß sämtliche Variablen mit Hilfe von Fragebogen erfaßt wurden.

Aufgrund der großen Schwierigkeiten, eine genügend große Zahl von Probanden zu gewinnen, erstreckte sich die Erhebung der Daten über einen Zeitraum von Frühjahr bis Herbst 1979.

Ein wichtiger Aspekt, der für beide Stichproben zutrifft, besteht darin, daß die Probanden die Fragebogen zu Hause in relativ großen Zeiträumen ausfüllen konnten.

Obwohl wir uns der Gefahr möglicher Verfälschungen bewußt waren, haben wir uns für dies Vorgehen entschlossen, weil wir es für ausgeschlossen hielten, daß Personen bei einem relativ geringen Anreiz für 2-3 Stunden zum Ausfüllen der Fragebogen in das Psychologische Institut kommen (bei den Klienten wäre es evtl. möglich gewesen). Außerdem hätte das den technischen und personellen Aufwand erheblich vergrößert.

Als mögliche Alternativen erwogen wir entweder die Arbeit mit Psychologie-Studenten als Pbn., was wir aber wegen der Aussagekraft der Ergebnisse ablehnten, oder die Bezahlung der Pbn., wodurch jedoch andere Fehlerarten aufgetreten wären.

Zu dem Fragebogen-Paket gehörte auch ein Fremdeinschätzungs-Bogen, der von einer nahestehenden Person unbeeinflußt ausgefüllt werden sollte.

Mögliche Verfälschungen versuchten wir dadurch auszuschalten, daß der Fragebogen getrennt zurückgesandt wurde und vom Beantworter einige Angaben zur Person erhoben wurden, wodurch zusätzlich die Möglichkeit des Schriftvergleichs mit den Fragebogen des Beurteilten bestand.

Trotz dieser Maßnahmen ist nicht ganz auszuschließen, daß die Personen, d.h. Beurteiler und Beurteilte, über die Beantwortung des Fragebogens miteinander kommuniziert haben. Der Grad der Beeinflussung ist jedoch nicht abzuschätzen.

4. Bildung der Untersuchungsgruppen

Aus der Gesamtstichprobe von 131 Probanden sollten anhand bestimmter Kriterien die Untersuchungsgruppen der Selbstunsicheren und Selbstsicheren gebildet werden.

Hierbei war vorher zu klären, welche Meßverfahren und welche Ausprägungen der Meßwerte als Kriterien für Selbstunsicherheit und -sicherheit verwendet werden sollten.

4.1. Kriterien für Selbstunsicherheit und -sicherheit

Die Festlegung von Auswahlkriterien ist direkt verknüpft mit Problemen der Erfassung und Messung von Selbstunsicherheit. Die Erfassung von Selbstunsicherheit erfolgt gemäß der in der klinisch-psychologischen Forschung üblichen Strategie zur Messung von Verhalten bzw. Verhaltensstörungen auf drei unterschiedlichen Ebenen (s. LANG, 1971): der motorischen, der verbal-kognitiven und der physiologischen Ebene.

Auf die verschiedenen Meßverfahren und -strategien zur Erfassung von Selbstunsicherheit auf diesen drei Ebenen und die damit verbundenen Probleme soll hier nicht im Detail eingegangen werden. Wir verweisen dazu auf die umfangreiche Literatur zu diesem Bereich: z.B. ARKOWITZ, 1977; HERSEN & BELLACK, 1977; RICH & SCHRÖDER, 1976; TWENTYMAN & ZIMMERLING, 1979; BELLACK & HERSEN, 1977a, b; EISLER, 1976; CURRAN, 1979; BELLACK, 1979. An dieser Stelle sollen nur kurz unsere Überlegungen skizziert werden, die zur Auswahl bestimmter Meßmethoden geführt haben.

Die Verwendung von physiologischen Variablen als Maße für Selbstunsicherheit spielt in der Forschung nur eine untergeordnete Rolle.

Physiologische Maße erschienen uns wegen der geringen Validität physiologischer Parameter für Selbstunsicherheit (s. EISLER, 1976) sowie wegen der Probleme der Reliabilität und der Meßdurchführung auch als ungeeignet.

Die Messung von Selbstunsicherheit auf der Verhaltens-ebene wird hauptsächlich in Rollenspielen und simulierten Echt-Situationen durchgeführt, selten in realen Situationen.

Zu den Hauptproblemen dieser Meßmethoden gehört, daß es bisher nicht gelungen ist, eindeutige Muster von Verhaltenskomponenten zu identifizieren, die für Selbstunsicherheit spezifisch sind.

Am schwerwiegendsten erscheint uns aber das Problem der Validität von Verhaltensmessungen in Rollenspielen und simulierten Situationen zu sein. So haben einige Studien einen geringen Zusammenhang zwischen dem Verhalten in gespielten und in echten Situationen festgestellt (BELLACK, HERSEN & TURNER, 1978, 1979).

Rollenspiele werden u.E. eher valide sein, wenn eine Person bestimmte Verhaltensdefizite hat und daher auch in gespielten Situationen kein angemessenes Verhalten zeigen kann.

Wie wir jedoch oben gezeigt haben, spricht mehr dafür, daß kognitive Faktoren für die Nicht-Ausführung selbstsicheren Verhaltens in Realsituationen verantwortlich sind. Andererseits nehmen wir an, daß in relativ "geschützten" Rollenspielsituationen derartige kognitive Prozesse, die die Entfaltung des Verhaltensrepertoires verhindern, nur in begrenztem Ausmaß zum Tragen kommen und sich von daher nur geringe Verhaltensunterschiede zeigen werden.

Das gezeigte Verhalten wird hier unserer Ansicht nach eher durch Faktoren wie die Art der Instruktion, Aufforderungscharakter der Situation u.ä. beeinflußt sein.

Eine valide Messung von Selbstunsicherheit auf der motorischen Ebene müßte u.E. demnach in realen Lebenssituationen erfolgen. Derartige in-vivo Messungen wurden bisher nur selten vorgenommen (z.B. WEINMAN et al., 1972), was vor allem an den Schwierigkeiten der Durchführung liegen mag. Für unsere Studie erschien uns eine in-vivo Verhaltensmessung wegen der Durchführungsschwierigkeiten und der umfangreichen Probandenzahl allerdings nicht geeignet.

Für die Messung von Selbstunsicherheit auf der verbal-kognitiven Ebene existieren unterschiedliche Methoden wie Interview, Selbstbeobachtung, Fragebogen u.ä. Von diesen Methoden zur Erfassung der Selbst-Berichte oder Selbsteinschätzungen werden am häufigsten strukturierte Fragebogen verwendet, die eine Reihe von Vorteilen wie ökonomische Durchführung, objektive Auswertung und leichte Quantifizierbarkeit der Informationen bieten.

Neben den Problemen, mit denen alle Selbsteinschätzungs-Methoden behaftet sind, kommen bei strukturierten Fragebogen noch Nachteile hinzu, die sich durch die Vorgabe von Items und Antwortmöglichkeiten ergeben. Hierzu gehört, daß die Situationsspezifität selbstunsicherer Verhaltens nicht genügend berücksichtigt wird und Aussagen über das Verhalten oft verallgemeinert werden. Auch wird durch die Vorgabe von Items der Bereich möglicher Problemsituationen und damit verbundener Verhaltensprobleme eingeengt.

Trotz dieser Einschränkungen erscheinen uns strukturierte Fragebogen, die sorgfältig konstruiert und validiert wurden, ein geeignetes Instrument zu sein, um Gruppen zu identifizieren, die mit großer Wahrscheinlichkeit Probleme im Bereich der Selbstsicherheit haben. Für unser Ziel, aus einer großen Gruppe von Probanden Extremgruppen von selbstsicheren und selbstunsicheren Personen zu bilden, erscheinen uns Selbsteinschätzungs-Fragebogen insgesamt am geeignetsten, um bestimmte Auswahlkriterien zu liefern.

Eine Frage, die sich hierbei stellt, geht dahin, ob in den Selbsteinschätzungs-Fragebogen der Selbstunsicherheit nicht bereits die kognitiven Prozesse mit erfaßt werden, die in unserer Studie untersucht werden. Eine Aufteilung der Gruppen aufgrund der Selbsteinschätzung könnte dann zu tautologischen Ergebnissen führen.

Hierzu ist zu bemerken, daß in den Fragebogen-Items zumeist spezifische soziale Situationen und Verhaltensweisen angesprochen werden, die eine Stichprobe von realen sozialen Interaktionen darstellen sollen. Die Probanden berichten darüber, wie sie sich in diesen Situationen verhalten oder fühlen, d.h. die Selbsteinschätzungen beziehen sich auf selbstunsichere Verhaltens- und Erlebensweisen in realen Situationen, z.B. Vermeidungs- und Fluchttendenzen. Antworten auf Itemformulierungen wie "Einem armen Hausierer kaufe ich immer etwas ab" oder "Ich fühle mich sehr schnell hilflos" können zwar nachträgliche kognitive Verarbeitungen und Interpretationen von Verhaltens- und Erlebensweisen darstellen, beziehen sich jedoch u.E. nicht direkt auf kognitive Verhaltensanteile in der Situation.

Wieweit in einzelnen Iteminhalten dennoch bestimmte Aspekte der von uns untersuchten kognitiven Prozesse mit eingehen, müßte im Einzelfall geprüft werden.

Nach unseren Überlegungen, Selbsteinschätzungs-Fragebogen als Grundlage für die Bestimmung von Auswahlkriterien für die Extremgruppen heranzuziehen, stellte sich die Frage nach speziellen Meßinstrumenten.

Hier liegt, vor allem aus dem amerikanischen Bereich, eine große Anzahl verschiedener Meßinstrumente vor, die sich in ihren teststatistischen Gütekriterien erheblich unterscheiden.
(Einen Überblick geben z.B. RICH & SCHRÖDER, 1976; LANGE & JAKUBOWSKI, 1976; HERSEN & BELLACK, 1977; GALASSI & GALASSI, 1979a).

Uns ging es darum, ein Instrument zu verwenden, das auch im deutschsprachigen Raum überprüft ist und sich bewährt hat. Hier ist in erster Linie der Unsicherheits-Fragebogen von ULLRICH DE MUYNCK & ULLRICH (1977) zu nennen.

4.1.1. Der Unsicherheits-Fragebogen

Der Unsicherheitsfragebogen von ULLRICH DE MUYNCK & ULLRICH (1977) zeichnet sich durch besonders umfangreiche Arbeiten zur Testkonstruktion und zu den teststatistischen Gütekriterien aus (Zusammenfassende Darstellung siehe ULLRICH & ULLRICH DE MUYNCK, 1978)

Der U-Fragebogen enthält 65 Items, in denen situations-spezifische Verhaltensweisen und allgemeinere Einstellungsaspekte im Bereich gestörter sozialer Interaktionen erfaßt werden. In den Itemformulierungen wurde Wert auf Konkretisierung der eigenen Verhaltensweisen und der der Interaktionspartner gelegt.

Für die Auswertung werden die Items zu vier Haupt- und zwei Nebenskalen zusammengefaßt, die sich auf unterschiedliche Bereiche sozialer Inkompetenz beziehen (s. ULLRICH DE MUYNCK & ULLRICH, 1977):

- Skala 1 "Fehlschlag- und Kritikangst" erfaßt Angst vor Blamage, Mißerfolg, Kritik und öffentlicher Beachtung
- Skala 2 "Kontaktangst" bezieht sich auf Schwierigkeiten und Hemmungen im Umgang mit anderen Personen
- Skala 3 "Fordern können" erfaßt die Unfähigkeit, Forderungen zu stellen und diese durchzusetzen
- Skala 4 "Nicht-nein-sagen-können" bezieht sich auf Nachgiebigkeit gegenüber Anforderungen und Vermeidung von Auseinandersetzungen
- Skala 5 "Schuldgefühle" bezieht sich auf Schuldgefühle bei Nichterfüllung von Ansprüchen anderer
- Skala 6 "Anständigkeit" erfaßt überhöfliche Beachtung von Normen und Anstandsregeln.

Die gesicherte empirische Überprüfung und Validierung dieses Meßverfahrens (s. ULLRICH & ULLRICH DE MUYNCK, 1978) veranlaßte uns, den U-Fragebogen als Hauptkriterium für Selbstunsicherheit/-sicherheit zu verwenden. Von den sechs Faktoren des U-Fragebogens wurden die vier Hauptskalen herangezogen.

Das Vorhandensein von Kenndaten für verschiedene Referenzgruppen machte es zudem möglich, die Festlegung von Meßwertausprägungen als Kriteriumswerte fundierter zu begründen.

So deutet das Erreichen oder Überschreiten der Mittelwerte der sozial-phobischen Referenzgruppe auf eine "therapiebedürftige Einschränkung" hin (ULLRICH DE MUYNCK & ULLRICH, 1977, S.12). Gemäß der angeführten z-Wert-Transformation beträgt die Wahrscheinlichkeit der Zugehörigkeit zur Sozialphobiker Gruppe bei Erreichen des Mittelwertes 50%.

Als Kriterium für Selbstunsicherheit legten wir daher das Erreichen oder Überschreiten des Mittelwertes der sozial-phobischen Referenzstichprobe in einer der vier Hauptskalen des U-Fragebogens fest. Damit sollte gewährleistet sein, daß die Probanden in mindestens einem Selbstunsicherheits-Bereich eine therapiebedürftige Einschränkung aufweisen.

Als Kriterium für Selbstsicherheit sollte das Erreichen oder Unterschreiten der Mittelwerte der "Normalen"-Referenzgruppe in allen vier Hauptskalen zugrunde gelegt werden. Unser Ziel war es, Probanden auszuwählen, die in allen Selbstunsicherheits-Bereichen gemäß des U-Fragebogens keine therapiebedürftige Einschränkung aufweisen und bei denen die Wahrscheinlichkeit der Zugehörigkeit zur Gruppe der "Nichtpatienten" mindestens 50% beträgt. Dieses Kriterium konnten wir nicht in allen Fällen einhalten, da unsere Gruppe der Selbstsicheren dadurch zu klein geworden wäre.

Wir legten die Kriteriumswerte daher bei einer Standardabweichung über den Mittelwerten der "Normalen" fest, wodurch die Wahrscheinlichkeit der Zugehörigkeit zur "Normalen"-Gruppe in einzelnen Fällen bis auf 16 % sank.

Zusammenfassend ergaben sich folgende Grenzwerte für Selbstunsicherheit und Selbstsicherheit:

Tab. 1: Grenzwerte in den Skalen des U-Fragebogens als Kriterium für Selbstunsicherheit und Selbstsicherheit. (Die Skala U-3 ist umgekehrt gepolt, d.h. hohe Werte repräsentieren Selbstsicherheit, niedrige Werte Selbstunsicherheit!)

	Selbstunsicherheit	Selbstsicherheit
U-1 "Fehlschlag- und Kritikangst"	≥ 50	≤ 41
U-2 "Kontaktangst"	≥ 41	≤ 37
U-3 "Fordern können"	≤ 26	≥ 30
U-4 "Nicht-nein-sagen-können"	≥ 28	≤ 27

4.1.2. Der SAV-Fragebogen

Als weiteres Kriterium für Selbstunsicherheit verwendeten wir ein von WATSON & FRIEND (1969) entwickeltes Meßverfahren, die "Soziale Angst und Vermeidungs-Skala" SAV (Original: Social Avoidance & Distress Scale) in der Übersetzung von ZIMMER (1976).

Der SAV-Fragebogen enthält 28 Items, in denen das Erleben negativer Emotionen wie Spannung, Verwirrung und Ängstlichkeit in sozialen Situationen sowie die tatsächliche oder gewünschte Vermeidung von sozialen Interaktionen erfaßt wird. Die teststatistischen Gütekriterien erscheinen ausreichend, basieren jedoch auf nur wenigen Untersuchungen (s. WATSON & FRIEND, 1969). Die Vorteile des Verfahrens liegen in der schnellen Handhabung, so daß wir die SAV-Skala als zusätzliches Kriterium einsetzen konnten.

Für den SAV-Fragebogen existieren keine Normwerte, sondern es liegen nur die Kennwerte einiger Untersuchungsstichproben vor (Variationsbreite der Skala: 0 - 28). WATSON & FRIEND (1969) geben als Werte für eine studentische Stichprobe einen Mittelwert von $\bar{x} = 9,11$ und eine Standardabweichung von $s = 8,01$ an. ARKOWITZ, LICHTENSTEIN, McGOVERN & HINES (1975) geben für eine Stichprobe heterosozial-ängstlicher Studenten einen Mittelwert von $\bar{x} = 14,94$ und für nichtängstliche Studenten einen Mittelwert von $\bar{x} = 4,25$ an. Aufgrund dieser Daten und in Anlehnung an andere Untersuchungen legten wir einen Grenzwert von 13 fest. Danach sollten als zusätzliches Kriterium für Selbstunsicherheit Meßwerte größer oder gleich 13 gelten.

4.1.3. Therapie-Teilnahme

Ein weiteres Kriterium bestand in der Teilnahme als Klient an einem Selbstsicherheitstraining innerhalb des Projektes von KESSLER. Obwohl dieses Kriterium zwar kein direktes Maß für Selbstunsicherheit darstellt, läßt es jedoch u.E. den Schluß auf das Vorliegen eines therapiebedürftigen Problemzustandes im Bereich Selbstunsicherheit zu. Zu berücksichtigen ist dabei allerdings, daß auch ein Klienten-Status als eine Form der Selbsteinschätzung anzusehen ist. Insbesondere um die Vergleichbarkeit mit der klinischen Population Selbstunsicherer zu erhöhen, verwendeten wir den Tatbestand der Therapie-Teilnahme als weiteres Kriterium für Selbstunsicherheit.

4.2. Die Gruppe der Selbstunsicheren

Es sollen noch einmal zusammenfassend die Kriterien genannt werden, nach denen die Einordnung in die Gruppe der Selbstunsicheren erfolgte:

1. Teilnahme als Klient an einem Selbstsicherheitstraining innerhalb eines Projektes.
2. In den ersten vier U-Faktoren, die von ULLRICH DE MUYNCK & ULLRICH (1977) als Hauptskalen angesehen werden, sollte in mindestens einem Faktor der Mittelwert der Referenz-Stichprobe der Sozial-Phobiker erreicht oder überschritten werden.
3. Wegen fehlender Normierung des SAV wurde ein hoher Wert (≥ 13) nur als ergänzendes Kriterium betrachtet. Das bedeutet, daß bei alleinigem Vorliegen eines hohen Wertes im SAV und niedrigen, d.h. "normalen" U-Werten die Person nicht der Selbstunsicheren-Gruppe zugeordnet wurde.

Aufgrund dieser Kriterien ergab sich eine Gruppengröße von N=35.

Zur besseren Einschätzung, ob es sich bei unserer Stichprobe um eine Extremgruppe Selbstunsicherer handelt, wollen wir die Kennwerte unserer Stichprobe mit den Werten der sozial-phobischen Referenzgruppe von ULLRICH DE MUYNCK & ULLRICH (1977) vergleichen.

Tab. 2: Werte im U-Fragebogen unserer Selbstunsicheren-Stichprobe und der sozial-phobischen Referenzgruppe von ULLRICH DE MUYNCK & ULLRICH (1977).

	Unsere Gruppe Selbstunsicherer		Sozial-phobische Patienten	
	$\bar{x}$	s	$\bar{x}$	s
U-1 Fehlschlag- u. Kritikangst	54,91	8,28	50,42	16,57
U-2 Kontaktangst	42,63	9,45	40,73	15,67
U-3 Fordern können	27,29	10,96	25,45	11,48
U-4 Nicht-nein- sagen können	31,11	7,49	27,62	10,32
U-5 Schuldgefühle	8,17	5,67	10,97	5,66
U-6 Anständigkeit	14,80	4,71	14,89	5,65

Der Vergleich zeigt, daß die Mittelwerte unserer Untersuchungsgruppe auf drei Hauptskalen über den Mittelwerten der sozial-phobischen Patientengruppe liegt, bei gleichzeitig geringerer Streubreite. Lediglich auf Faktor 3, der umgekehrt gepolt ist, kann unsere Stichprobe den Mittelwert der Referenzgruppe nicht ganz erreichen. Insgesamt läßt sich aber wohl behaupten, daß unsere Stichprobe eine Extremgruppe Selbstunsicherer darstellt.

4.3. Die Gruppe der Selbstsicheren

Die Einordnung in die Gruppe der Selbstsicheren erfolgte nach folgenden Kriterien:

1. In allen vier U-Faktoren sollten die Werte kleiner oder gleich den festgelegten Grenzwerten sein. Als Grenzwerte dienten die Mittelwerte der "Normalen"-Referenzgruppe (plus eine Standardabweichung). Wurde in einem Faktor dieser Wert überschritten, wurde die Person der Selbstsicheren-Gruppe nicht zugeordnet.
2. Die Werte im SAV wurden als zusätzliches Auswahlkriterium benutzt. Hohe Werte im SAV (≥ 13) führten, auch wenn das erste Kriterium erfüllt wurde, zur Aussonderung.

Von den Probanden, die diese Kriterien erfüllten, wurden 35 ausgewählt. Durch "Matching" wurde auf eine annähernde Gleichverteilung mit der Gruppe der Selbstunsicheren hinsichtlich der "Schlüsselvariablen" (HARTIG, 1975) Alter und Geschlecht geachtet. Hierbei wurde nur für die Variable Geschlecht eine direkte Paarbildung durchgeführt, während für die Variable Alter durch einzelne Korrekturen nur eine annähernde Gleichverteilung mit der Gruppe der Selbstunsicheren hergestellt wurde.

Die Gruppen der Selbstsicheren und der Selbstunsicheren unterscheiden sich signifikant (mind. auf dem 1%-Niveau) auf allen Skalen des U-Fragebogens sowie im SAV-Fragebogen.

Zusätzlich sollen die Kennwerte unserer Selbstsicheren-Gruppe mit den Daten der Referenzgruppe der Nichtpatienten von ULLRICH DE MUYNCK & ULLRICH (1977) verglichen werden.

Tab. 3: Werte im U-Fragebogen unserer Selbstsicheren-Stichprobe und der Referenzgruppe der Nichtpatienten von ULLRICH DE MUYNCK & ULLRICH (1977)

	Unsere Gruppe Selbstsicherer		Nichtpatienten ("Normale")	
	$\bar{x}$	s	$\bar{x}$	s
U-1 Fehlschlag- u. Kritikangst	16,63	10,12	27,94	13,06
U-2 Kontaktangst	15,34	8,81	24,88	12,05
U-3 Fordern können	47,40	7,50	38,97	9,25
U-4 Nicht-nein-sagen können	15,46	5,37	18,63	8,16
U-5 Schuldgefühle	4,74	3,41	6,44	4,36
U-6 Anständigkeit	7,23	3,23	10,12	5,08

Der Vergleich zeigt, daß die Mittelwerte unserer Stichprobe auf allen vier Hauptskalen deutlich unter bzw. auf der umgekehrt gepolten Skala U-3 über den Mittelwerten der "Normalen" bei gleichzeitig geringerer Streubreite liegen. Aufgrund dieses Vergleichs läßt sich behaupten, daß unsere Stichprobe eine Extremgruppe Selbstsicherer darstellt.

4.4. Kontrollierte Variablen

Die beiden Untersuchungsgruppen der Selbstunsicheren und Selbstsicheren sollten hinsichtlich einiger wichtiger Parameter, Geschlecht, Alter und Schulbildung, vergleichbar sein. Die Gleichverteilung der Variablen wurde mit Hilfe des Chi-Quadrat-Tests (s. EDWARDS, 1973, S.72 ff.) überprüft.

Die Chi-Quadrat-Werte wurden jeweils korrigiert, da mehr als $1/5$ der erwarteten Häufigkeiten kleiner als 5 waren (s. CLAUSS & EBNER, 1977).

Die Verteilung der Variable Geschlecht wurde durch Paarbildung bei der Gruppenbildung kontrolliert. Die beiden Gruppen zeigen folgende Verteilung:

Geschlecht	Männlich	Weiblich
Unsichere: N =	9	26
Sichere : N =	9	26

Die Altersverteilung sieht in beiden Gruppen folgendermaßen aus:

Alter	16-20	21-25	26-30	31-35	36-40	41-45
Unsichere: N =	2	9	9	6	5	4
Sichere : N =	0	10	10	6	7	2

Anhand einer zwölf-Felder-Tafel wurde die Verteilung des Alters überprüft. Aufgrund des berechneten Wertes von $\chi^2 = 0,74$ kann die Nullhypothese der Gleichverteilung nicht zurückgewiesen werden.

Die Variable Schulbildung zeigt in beiden Gruppen folgende Verteilung:

Abschluß	Hauptschule	mittl. Reife	Abitur
Unsichere: N =	1	17	17
Sichere : N =	4	8	23

Die Gleichverteilung der Schulbildung wurde anhand einer sechs-Felder-Tafel überprüft. Aufgrund des berechneten Wertes von $\chi^2 = 3,98$ kann die Nullhypothese der Gleichverteilung nicht zurückgewiesen werden.

Zusätzlich sei noch die Verteilung auf verschiedene Berufsgruppen in beiden Gruppen aufgeführt:

Berufe	Freie Berufe Selbständige	Beamte	Ange- stellte	Arbeiter Fach- arbeiter	Schüler Studenten	Haus- frauen
Unsichere:N=	1	8	12		8	6
Sichere :N=	4	8	17		3	3

Die Aufstellung macht deutlich, daß auch die Verteilung auf verschiedene Berufsgruppen, die als Indikatoren für den sozialen Status der Probanden gewertet werden können, in beiden Gruppen ähnlich ist.

5. Meßinstrumente

5.1. Die Messung kognitiver Prozesse

Bei der Untersuchung von kognitiven Prozessen ergeben sich methodische Probleme, wie diese internen Vorgänge valide erfaßt und gemessen werden können. Der kritische Punkt besteht darin, daß Kognitionen nicht direkt beobachtbar sind und die Messung daher nur indirekter Art sein kann.

Die verschiedenen Methoden zur Erfassung von Kognitionen (s. z.B. MEICHENBAUM, 1976b) lassen sich im wesentlichen zwei Strategien zuordnen, die diese Schwierigkeiten auf unterschiedliche Weise angehen.

Die eine Strategie besteht darin, aus beobachtbaren Verhaltensweisen, Verhaltenseffekten oder physiologischen Reaktionen Rückschlüsse auf kognitive Prozesse zu ziehen.

Hierzu zählen Ansätze, in denen experimentelle Bedingungen eingeführt werden, die auf eine Manipulation oder Veränderung kognitiver Prozesse abzielen.

Die aufgrund dieser Bedingungsvariation auftretenden Verhaltensunterschiede lassen dann zu einem gewissen Grad Rückschlüsse auf die internen kognitiven Prozesse zu (s. z.B. MISCHEL, EBBESEN & ZEISS, 1972; MOORE, 1977).

Das Problem dieser Strategie zur Erfassung von Kognitionen besteht jedoch darin, daß die Gültigkeit der gezogenen Schlußfolgerungen nicht eindeutig überprüft werden kann.

Die zweite Strategie zur Erfassung von kognitiven Prozessen, die sich auf die verbalen Selbstberichte ("self-reports") des Individuums über seine Kognitionen verläßt, scheint auf den ersten Blick zu valideren Ergebnissen zu kommen, da die Person direkt ihre eigenen internen Vorgänge beobachten kann.

Vorausgesetzt wird bei diesen Erfassungsmethoden jedoch, daß das Individuum in der Lage ist, die Fragen des Untersuchers zu verstehen und seine eigenen internen Vorgänge verbal auszudrücken, auch motiviert dazu ist und seine verbalen Berichte nicht verfälscht (s. MEICHENBAUM & CAMERON, 1981). Wenn die Person dann über kognitive Prozesse berichtet, stellt sich die Frage, ob die Beschreibungen mit den tatsächlichen Erfahrungen übereinstimmen oder ob keine Korrespondenz besteht, da die obigen Voraussetzungen eventuell nicht erfüllt sind.

Die Erfassung von Kognitionen durch Selbst-Berichte läßt demnach auch nur zu einem gewissen Grad gültige Schlußfolgerungen zu. Trotzdem wird diese Strategie bei der Untersuchung kognitiver Prozesse im klinischen Bereich überwiegend verfolgt.

Die hierbei verwendeten Erfassungsmethoden (im Überblick: z.B. KENDALL & KORGESKI, 1979; MERLUZZI, GLASS & GENEST, 1981) lassen sich unter verschiedenen Gesichtspunkten differenzieren. Ein Aspekt ist dabei der Grad der Strukturiertheit bzw. Steuerung, mit dem die verbalen Berichte erhoben werden.

Zu den eher unstrukturierten Verfahren zählen Methoden wie "Lautes Denken", Gedanken auflisten (thought-listing), Video-Rekonstruktionen (stimulated-recall), Interview, projektive Verfahren u.ä.

Bei den stärker strukturierten Erhebungsverfahren werden dem Individuum bestimmte Vorgaben hinsichtlich der Kognitionen gegeben, z.B. durch Auflistung einer Reihe von Selbstverbalisationen, und die Person kann durch Ankreuzen Auskunft über das Vorhandensein, die Häufigkeit, die Stärke usw. dieser internen Prozesse geben. Als Methoden werden vorwiegend Fragebogen, Schätzskalen u.ä. verwendet.

Die Vorzüge dieser strukturierten Verfahren liegen vor allem in der ökonomischen Durchführung und der objektiven und einfachen Auswertung, die diese Methoden für quantitative Analysen bei großen Untersuchungss Stichproben besonders geeignet machen.

Die Nachteile der Fragebogenmethodik liegen nach MEICHENBAUM & CAMERON (1981) darin, daß die Wahrscheinlichkeit "fabrizierter", d.h. durch die Vorgabe von Items vorgefertigter Antworten größer ist und der Informationsverlust stärker ist. Das bedeutet, daß beispielsweise die Abfolge mehrerer interner Prozesse, qualitative Unterschiede in der Erlebensweise, nicht-verbale Erfahrungen oder idiosynkratische Aspekte nicht erfaßt werden.

Noch grundsätzlicher werden die Probleme der Fragebogenmethodik in der Kritik von GROEBEN & SCHEELE (1977) formuliert, die dahin geht, daß aufgrund von Präzisionsanforderungen und dem Ziel nach eindeutigen Daten die Sprache beim Forschungsobjekt nur soweit zugelassen wird, wie sie mit der empirischen Sprache des Forschers identisch ist. Gerade aber die Erfassung von kognitiven Verarbeitungsprozessen mache "die Zulassung/Berücksichtigung von nicht-experimentell evozierter, 'spontaner' Sprache des Erkenntnisobjektes" (GROEBEN & SCHEELE, 1977, S.28) notwendig. Die Herausarbeitung bestimmter Strukturen kognitiver Prozesse könnte dabei z.B. in einer Art inhaltsanalytischen Aufarbeitung des Datenmaterials erfolgen.

Trotz dieser erheblichen Probleme, die mit der Verwendung von strukturierten Erhebungsmethoden verbunden sind, werden sie bei der Untersuchung von kognitiven Prozessen im klinischen Bereich häufig eingesetzt, vor allem wenn es um die Analyse bei größeren Probandenstichproben oder Therapiegruppen geht. Auch die bisherigen Studien über kognitive Prozesse im Zusammenhang mit Selbstunsicherheit beruhen weitgehend auf Fragebogenmethoden (im Überblick s. GLASS & MERLUZZI, 1981).

In unserer Arbeit geht es um den Vergleich der Kognitionen bei relativ großen Probandengruppen. Von daher wollen wir vor allem aus ökonomischen Gründen auf eher strukturierte Methoden wie Fragebogen, Rating-Skalen u.ä. zurückgreifen. Die Problematik und die mögliche Beschränktheit dieses Vorgehens soll bei der Bewertung und Interpretation der Ergebnisse im Auge behalten werden.

5.2. Fragebogen zur intrapersonellen Kommunikation (IPK-S)

Mit der Untersuchung der Selbstkommunikation von Individuen hat sich eine Arbeitsgruppe um TAUSCH beschäftigt (z.B. TAUSCH & TAUSCH, 1974) und ein Meßinstrument zur Erfassung dieser Prozesse entwickelt.

Erfaßt werden hier Selbstgespräche, die eine Person laut oder lautlos mit sich selbst führt. Vergleichbare Konzepte stellen die Selbstverbalisationen oder der innere Dialog im Sinne von MEICHENBAUM (1977, 1979) dar.

Zur Erfassung der Selbstkommunikation wurden unterschiedliche Itemlisten entwickelt, die mehreren Revisionen unterzogen wurden und zur Untersuchung dieser internen Prozesse in verschiedenen Bereichen und unterschiedlichen Populationen verwendet wurden (s. TAUSCH & TAUSCH, 1974; QUITMANN, TAUSCH & TAUSCH, 1974; BÖLLNER, TAUSCH & TAUSCH, 1975). Eine endgültige Fassung des Meßinstruments wurde erst kürzlich vorgelegt und erscheint demnächst als "Inventar zur Selbstkommunikation für Erwachsene (ISE)" (TÖNNIES & TAUSCH, 1981; TÖNNIES, im Druck).

Für unsere Untersuchung stand uns eine nicht veröffentlichte, für Forschungszwecke verbreitete Fassung (IPK-S) zur Verfügung, die jedoch inhaltlich und von der Auswertung her mit der endgültigen Form übereinstimmt.

Das Inventar enthält 38 Items mit einzelnen Äußerungen zur Selbstkommunikation, die von den Probanden auf einer 4-stufigen Skala hinsichtlich der Häufigkeit, mit der sie diese Äußerungen zu sich sagen bzw. denken, angekreuzt werden. Die Items werden in sechs Skalen zusammengefaßt und ausgewertet.

Die Skala 1 "Selbstzufriedenheit" enthält Selbstverbalisationen, die vergangenheitsbezogene Prozesse der Selbstbegründung und Selbstakzeptierung repräsentieren.

Beispielhafte Äußerungen sind: "Das habe ich sehr gut hingekriegt", "Das hat prima geklappt" oder "Besser hättest du es nicht machen können".

Die Skala 2 "Selbstunzufriedenheit" besteht aus selbstkommunikativen Äußerungen, die retrospektive Prozesse der Selbstkritik, Selbstbestrafung und Selbstgeringschätzung ausdrücken.

Zum Beispiel: "Schon wieder nichts geschafft", "Was ich auch mache, es ist verkehrt" oder "Ich bin vielleicht doof".

Aus der Beschreibung beider Skalen läßt sich schließen, daß hier zum großen Teil Prozesse der Selbstverstärkung und Selbstbestrafung in verbal-symbolischer Form erfaßt werden.

Beide Skalen sollen daher in unserer Arbeit zur Messung der zu untersuchenden kognitiven Prozesse der Selbstverabreichung von Konsequenzen (s. Kap. II.7.7) verwendet werden.

Die Skala 3 "Selbstermutigung" enthält eher zukunftsbezogene Selbstverbalisationen, die Aspekte der Selbstermutigung und positiver Selbstbeeinflussung ausdrücken. Zum Beispiel: "Das werd' ich schon schaffen", "Wird schon nicht so schlimm werden" oder "Du wirst das schon machen".

Die Skala 4 "Selbstentmutigung" besteht aus eher zukunftsbezogenen Äußerungen, die Aspekte der Selbstentmutigung und negativer Selbstbeeinflussung repräsentieren.

Beispielhafte Items sind "Das schaffst du nie" oder "Das kann ich doch nicht".

Die Beschreibung der Skalen läßt annehmen, daß hier zum großen Teil kognitive Prozesse der Selbstermutigung bzw. -entmutigung erfaßt werden, wie wir sie in Kap. II.7.5. beschrieben haben. Die beiden Skalen sollen daher in unserer Studie zur Messung dieser Prozesse eingesetzt werden.

Die Skalen 5 und 6 "Psychische Befindlichkeit positiv" bzw. "... negativ" sind für unsere Studie nicht relevant.

5.3. Fragebogen zur externen und internen Kontrolle (FEIK)

Seit längerem liegt für den deutschen Bereich ein von HALDER (1977) entwickelter "Fragebogen zur externen und internen Kontrolle von Verstärkern" (FEIK) vor, der gegenüber der ähnlichen "I-E Skala" von ROTTER (1966) einige Vorteile bietet.

Während es in der "I-E Skala" stärker um generalisierte Kontrollerwartungen hinsichtlich allgemein gesellschaftlicher Ereignisse geht, werden im "FEIK" Attribuierungstendenzen hinsichtlich persönlicher Ereignisse erfaßt. Gerade die Betonung von Attribuierungsmustern für Ereignisse wie emotionale und körperliche Vorgänge, Interaktionsvorgänge, u.ä. lassen den "FEIK" unserer Ansicht nach für die Erfassung von generalisierten Attribuierungstendenzen im Zusammenhang mit Selbstunsicherheit geeigneter erscheinen. Hinzu kommt, daß im "FEIK" zwischen positiven und negativen Ereignissen unterschieden wird und somit den Beobachtungen über die Abhängigkeit der Attribuierungsmuster von der Qualität der Situation (z.B. MISCHEL, ZEISS & ZEISS, 1974) Rechnung getragen wird.

Der "FEIK" liegt in einer vorläufigen Endform mit 22 Items (plus ein Pufferitem) vor (s. HALDER, 1977). In den Items werden zur Hälfte positive bzw. negative Ereignisse beschrieben und jeweils eine internale und eine externale Attribuierungsmöglichkeit vorgegeben, die beide von den Probanden auf einer 4-stufigen Skala hinsichtlich des Grades ihrer Erklärungskraft angekreuzt werden.

Für die Auswertung können vier Skalenwerte berechnet werden, die die einzelnen Attribuierungsrichtungen für die qualitativ unterschiedlichen Ereignisse erfassen:

1. Internale Attribuierung positiver Ereignisse
2. Externale Attribuierung positiver Ereignisse
3. Internale Attribuierung negativer Ereignisse
4. Externale Attribuierung negativer Ereignisse

Zur Vermeidung von Antworttendenzen können nach HALDER (1977) die beiden Skalen für positive bzw. negative Ereignisse zusammengefaßt werden, wobei die Differenzen zwischen internaler und externaler Attribuierung aufsummiert werden.

Die resultierenden Skalenwerte I^+ "Internalität bei Erfolg" und I^- "Internalität bei Mißerfolg" geben dann nicht das absolute Ausmaß internaler Attribuierung an, sondern die Stärke im Verhältnis zur jeweiligen externalen Attribuierung.

Die Skalenwerte reichen nach Addition einer Konstanten von 0 bis 66 und geben bei Werten über 33 ein Überwiegen der internalen Attribuierung, bei Werten unter 33 ein Überwiegen der externalen Attribuierung an.

5.4. Verfahren zur Erfassung des Mittel-Ziel-Denkens (MEPS)¹

Zur Erfassung der kognitiven Prozesse des Mittel-Ziel-Denkens mit Hilfe von sogenannten "Papier und Bleistift-Tests" existiert ein von der Forschergruppe um SPIVACK entwickeltes Verfahren: Means-Ends-Problem-Solving (MEPS) Procedure (s. PLATT & SPIVACK, 1975a).

Das Meßinstrument besteht aus einzelnen Aufgaben, in denen interpersonelle Problemsituationen sowie die jeweiligen Lösungen vorgegeben werden. Die Items haben offene Antwortmöglichkeit, d.h. der Proband soll den Mittelteil der Geschichte erfinden, wobei er die Beantwortung nach freiem Ermessen gestalten kann.

Erfast werden soll die kognitive Fertigkeit, einen schrittweisen Plan mit Lösungsschritten aufzustellen, um ein gegebenes Ziel zu erreichen, wobei mögliche Hindernisse und die Zeitperspektive mit berücksichtigt werden.

¹ siehe Anhang

5.4.1. Item-Selektion

Die Tatsache, daß in unserer Untersuchung eine relativ große Zahl von Fragebogen verwendet wurde, führte uns zu der Überlegung, den MEPS nicht in der Originalform mit zehn Geschichten (s. PLATT & SPIVACK, 1975a) vorzugeben, sondern die Zahl der Geschichten einzugrenzen, um die Motivation der Probanden zu erhalten.

Diese Kürzung läßt sich vertreten, da durch eine Faktorenanalyse (s. PLATT & SPIVACK, 1975b) die faktorielle Eindimensionalität des MEPS nachgewiesen wurde. In mehreren Untersuchungen mit unterschiedlicher Itemzahl zeigte sich außerdem, daß schon bei vier Geschichten signifikante Ergebnisse zu erzielen sind (z.B. SIEGEL, PLATT & PEIZER, 1976).

Das Kriterium für die Auswahl der Items sollte die Höhe der Faktorenladungen der einzelnen Geschichten auf dem gemeinsamen Faktor sein (s. PLATT & SPIVACK, 1975a, b).

Von den sieben höchstladenden Geschichten (7, 4, 3, 5, 6, 1, 2) wurden die Geschichten 7 und 5 gestrichen, da wir ihre Vorgabe nicht vertreten konnten.

Es handelt sich um Geschichten, in denen das Ziel darin besteht, Schmuck zu stehlen bzw. einen Mann zu ermorden!

Zusätzlich wurde Geschichte 1 nicht berücksichtigt, da sie in einer Untersuchung von SILWEDEL (1979) die höchste Zahl an irrelevanten Antworten aufwies, was von uns als Hinweis interpretiert wurde, daß diese Geschichte in der deutschen Fassung den Probanden zu große Schwierigkeiten bereitet. Durch diese Streichung kann der mittlere Schwierigkeitsgrad des Tests geringfügig beeinflusst worden sein.

Die in unserer Studie verwendete Kurzfassung des MEPS enthält demnach die Original-Geschichten 2, 3, 4 und 6 (s. Anhang).

5.4.2. Auswertungs-Objektivität

Da der MEPS-Test Items mit freier Aufgabenbeantwortung in Form eines Kurzaufsatzes (s. LIENERT, 1969) enthält, stellt sich das Problem einer objektiven Auswertung.

Die Testautoren geben mehrere Auswertungskategorien an und liefern Hinweise und Beispiele für die Einordnung und Bewertung der Aufgabenantworten (s. PLATT & SPIVACK, 1975a).

Die wichtigsten Auswertungskategorien sind die Anzahl der "relevanten Mittel" (RM) einer Geschichte, die Bewertung einer Geschichte als "irrelevantes Mittel" (IM) oder "kein Mittel", das Fehlen einer aufgabenbezogenen Antwort, d.h. "keine Antwort" (NR), sowie ein "Relevanz-Quotient" (RR) (Beschreibung siehe Anhang).

Die Beschreibung der einzelnen Auswertungskategorien macht deutlich, daß der Ermessensspielraum des Auswerter relativ groß ist.

Obwohl die Autoren noch Auswertungsbeispiele und -schwierigkeiten beschreiben, läßt sich vermuten, daß die Auswertungsobjektivität nicht besonders hoch ist.

Die Testautoren geben keine Werte an, jedoch ergaben sich in einigen an unserem Institut durchgeführten Untersuchungen erstaunlich hohe Auswertungsübereinstimmungen. Diese lassen sich aber u.E. dadurch erklären, daß die Auswerter vorher bereits gemeinsame Auswertungen durchgeführt hatten und somit vermutlich schon identische Bezugssysteme gebildet hatten. Uns interessierte jedoch die Auswertungsübereinstimmung bei zwei unabhängigen Auswertern ohne gemeinsame Vorerfahrungen im Auswerten des MEPS.

Wir ließen daher alle MEPS-Tests unserer Gesamtstichprobe von zwei unabhängigen Auswertern¹ beurteilen.

¹Ein Auswerter hatte bereits Erfahrungen in der Auswertung des MEPS, der andere Auswerter hatte keinerlei Vorerfahrungen, sondern wurde nur anhand der Auswertungsrichtlinien instruiert.

Die Auswertungsübereinstimmung beim MEPS-Test läßt sich hinsichtlich verschiedener Aspekte bestimmen, wobei wir uns auf die für unsere Untersuchung relevanten Kategorien beschränkt haben.

Einmal kann die Übereinstimmung bezüglich der Kategorisierung, d.h. ob eine Antwort als RM, IM oder NM gewertet wird, bestimmt werden.

Liegt der Fall vor, daß die Geschichte von beiden Auswertern als RM gewertet wurde, dann geht es um die Übereinstimmung, wieviele inhaltliche Schritte von beiden Auswertern in gleicher Weise als relevante Mittel gewertet wurden.

Auswertungsübereinstimmung hinsichtlich der Kategorisierung

Von den relevanten Auswertungskategorien sollten in unserer Studie die Kategorien IM und NM zusammengefaßt werden, da beide von der Interpretation her ziemlich gleichwertig sind. Denn in beiden Fällen besagt es, daß der Proband keine relevanten Lösungsschritte genannt hat.

Wir berechneten daher die Auswertungsobjektivität anhand einer 2x2 Felder-Tafel mit den beiden Kategorien RM und IM+NM.

Die Übereinstimmung zwischen beiden Auswertern wurde mit Hilfe des Kontingenzkoeffizienten C (s. CLAUSS & EBNER, 1976, S.289) für jede der vier Geschichten einzeln berechnet.

Vor seiner Berechnung ist zu prüfen, ob überhaupt ein signifikanter Zusammenhang zwischen den Variablen besteht. Diese Prüfung erfolgt mit Hilfe von Chi-Quadrat. Die Chi-Quadratwerte wurden korrigiert, wenn mehr als $1/5$ der erwarteten Häufigkeiten kleiner als 5 waren.

Die Kontingenzkoeffizienten C wurden hinsichtlich der maximal erreichbaren Werte von C bei einer 4 Felder-Tafel korrigiert.

Tab. 4: Auswertungsübereinstimmung für die einzelnen MEPS-Geschichten bei zwei Kategorien (RM und IM+NM). (In Klammern stehen die Originalnummern der Geschichten nach PLATT & SPIVACK, 1975a)

Geschichte Nr.	χ^2 -Wert	Signifikanz	C-Wert
1(2)	38,87	$p = 0,001$	$C_{\text{korrr.}} = .70$
2(3)	44,47	$p = 0,001$	$C_{\text{korrr.}} = .74$
3(4)	6,57	$p = 0,05$	$C_{\text{korrr.}} = .32$
4(6)	10,86	$p = 0,001$	$C_{\text{korrr.}} = .42$

Die Tabelle zeigt, daß die Auswertungsobjektivität hinsichtlich der Kategorien RM und IM+NM nur mäßig ist. Auffällig sind dabei die Unterschiede zwischen den einzelnen Geschichten. Insbesondere bei Geschichte 3 und 4 ergibt sich eine sehr geringe Auswertungsobjektivität.

Die Betrachtung der absoluten Häufigkeiten in den einzelnen Feldern bestätigt, daß die größten Unterschiede zwischen den Auswertern dadurch auftreten, daß ein Auswerter sehr viele Antworten als RM, der andere jedoch viele davon als IM oder NM klassifiziert hat.

In den selteneren Fällen, in denen der erste Auswerter IM oder NM gewertet hat, besteht dagegen große Übereinstimmung.

Das bedeutet, daß der zweite Auswerter offensichtlich strengere Kriterien angelegt hat, um eine Antwort als RM zu klassifizieren.

Wie sich in Gesprächen mit beiden Auswertern herausstellte, bieten hier die Auswertungsrichtlinien der Testautoren noch zuviel Ermessensspielraum, wodurch die Auswertungsobjektivität beeinträchtigt wird.

Auswertungsübereinstimmung hinsichtlich der
relevanten Mittel

Als weiterer Aspekt der Auswertungsobjektivität wurde untersucht, wie groß die Übereinstimmung ist, wenn beide Auswerter die Kategorie RM gewertet haben, d.h. wie weit einzelne inhaltliche Schritte übereinstimmend als relevante Mittel bewertet wurden.

Die folgende Tabelle zeigt, wieviele der insgesamt gewerteten relevanten Mittel von beiden gemeinsam genannt wurden und wieviele spezifisch nur von jeweils einem Auswerter gewertet wurden.

Tab. 5: Auswertungsübereinstimmung für die einzelnen MEPS-Geschichten hinsichtlich der relevanten Mittel (RM). (In Klammern die Nummern der Original-Geschichten nach PLATT & SPIVACK, 1975a)

Geschichte Nr.	Gesamt- zahl RM	Zahl der gemeinsamen RM	Spezif. Auswert.1	Spezifisch Auswerter 2
1 (2)	227	204 = 89,9%	8 = 3,5%	15 = 6,6%
2 (3)	266	220 = 82,7%	21 = 7,9%	25 = 9,4%
3 (4)	210	182 = 86,7%	12 = 5,7%	16 = 7,6%
4 (6)	189	160 = 84,6%	6 = 3,2%	23 = 12,2%

Die Aufstellung macht deutlich, daß, wenn beide Auswerter eine Antwort als RM klassifiziert haben, eine große Übereinstimmung darüber besteht, welche einzelnen inhaltlichen Schritte in der Antwort als relevante Mittel gezählt werden können.

Zusammenfassend läßt sich sagen, daß die Auswertungsobjektivität des MEPS-Test nur mäßig ist, wenn es um die Einordnung einer Antwort als RM, IM oder NM geht.

Denn hier muß der Auswerter Entscheidungen treffen wie "Sind die erwähnten Lösungsschritte wirklich unternommen worden?", "Ist das Ziel tatsächlich aufgrund der Lösungswege erreicht worden?", "Ist die Beschreibung der Lösungsschritte ausführlich genug?" oder "Fehlen grundlegende Lösungsschritte?".

Um derartige Entscheidungen zu treffen, ist der Auswerter weitgehend auf sein eigenes Bewertungssystem angewiesen, da die Auswertungs-Anweisung der Testautoren hier nur wenig Anhaltspunkte liefert. Hier müßten präzisere Richtlinien erarbeitet werden, um die Auswertungsvariabilität zu verringern.

Eine bessere Auswertungsobjektivität des MEPS-Tests besteht da, wo es um die Bewertung einzelner Lösungsschritte als relevante Mittel geht. Hier liefern die Richtlinien offensichtlich genügend Anhaltspunkte, um eine ausreichende Objektivität zu gewährleisten.

Trotz dieser Einschränkungen soll das MEPS-Verfahren in unserer Arbeit zur Erfassung des Mittel-Ziel-Denkens eingesetzt werden.

Als Maße verwenden wir in unserer Untersuchung die Kategorien:

RM "Relevante Mittel"

IM+NM "Irrelevante + keine Mittel"

RR "Relevanz-Quotient"

Die endgültigen Werte der Probanden wurden dadurch gewonnen, daß beide Auswerter sich auf ein gemeinsames Resultat verständigten.

6. Entwicklung und empirische Überprüfung eigener Meßinstrumente

In den vorangegangenen Kapiteln wurden Fragebogen beschrieben, die bereits entwickelt vorlagen und von uns zur Erfassung einzelner kognitiver Prozesse übernommen werden konnten.

Für die anderen zu untersuchenden kognitiven Variablen existieren jedoch unseres Wissens keine Meßinstrumente, so daß wir spezielle Fragebogen für diese Untersuchung konstruieren mußten.

In den nächsten Kapiteln werden die Entwicklung dieser Meßverfahren sowie erste Ergebnisse zur Item-Analyse dargestellt.

Es sei hier schon darauf hingewiesen, daß keine umfangreichen Untersuchungen zur Testanalyse durchgeführt werden sollten, sondern nur vorläufige Überprüfungen einzelner Gütekriterien, um die Meßinstrumente im Hinblick auf unsere Forschungszwecke ersten Revisionen zu unterziehen.

6.1. Selbstwahrnehmungs-Inventar (SeW)¹

6.1.1. Fragebogen-Konstruktion

Zur Erfassung der Selbstwahrnehmung von Personen existieren verschiedene Verfahren, in denen das Selbstbild, Selbst-Idealbild-Diskrepanz u.ä. erfaßt werden.

Ein Kennzeichen aller uns vorliegenden Verfahren zur Erhebung von Selbstbeschreibungen besteht darin, daß sehr allgemeine Selbsteinschätzungen erhoben werden.

¹ siehe Anhang

Für unsere Untersuchung war es jedoch wichtig, die spezifische Selbstwahrnehmung in dem Merkmalsbereich Selbstunsicherheit/-sicherheit zu erfassen. Wir entschlossen uns daher, für unsere Untersuchung ein neues Verfahren zu entwickeln.

Ein in den Sozialwissenschaften häufig verwendetes Skalierungsverfahren ist das "Rating" (s. SIXTL, 1967). In unserem Fall sollte der Gegenstand des "Rating" das eigene Verhalten in sozialen Situationen sein, das sich mit dem Konstrukt Selbstunsicherheit/-sicherheit beschreiben läßt. Hierbei sollten keine Einschätzungen abgegeben werden, die durch globale Eindrücke oder durch emotionale Empfindungen geprägt sind (Beispiel: wertschätzend vs. geringschätzend). Die Einschätzungen sollten sich vielmehr auf einfache Verhaltensmerkmale oder -ausschnitte beziehen, die möglichst rational zu beurteilen sind (Beispiel: längere Antworten vs. kürzere Antworten).

Für das Konstrukt "Selbstunsicherheit/-sicherheit" gibt es keine eindeutigen Ergebnisse über relevante Verhaltensmerkmale. Wir konnten daher nur auf relativ ungesicherte Merkmalsbeschreibungen zurückgreifen. Die Grundlage für die Gewinnung der Merkmale bildeten die Untersuchungen von ARKOWITZ et al. (1975) und v. HOLLEN et al. (1977), in denen Verhaltensaspekte untersucht wurden, die zwischen Selbstsicheren und Selbstunsicheren differenzieren konnten. Außerdem wurden die Therapiestudien von ZIMMER (1976) und BASTEN et al. (1977) herangezogen, in denen therapeutisch relevante Verhaltensdimensionen genannt werden.

Von den möglichen Skalen-Formen (s. LANGER & SCHULZ v. THUN, 1974) wählten wir eine bipolare Skala mit sieben Abstufungen von -3 bis +3.

Die einzelnen Stufen wurden jeweils mit den Bezeichnungen "etwas", "stark" und "sehr stark ausgeprägt" näher definiert, während die mittlere Stufe als neutrale Mitte mit "weder-noch" gekennzeichnet wurde.

Auf dieser Grundlage wurde eine vorläufige Liste von 51 bipolaren Merkmalen erstellt, die nach elf verschiedenen Bereichen (z.B. Körperhaltung, Gestik, Mimik) geordnet wurden. Diese Merkmalsliste wurde von drei "Experten", die therapeutische Erfahrungen mit dem Problembereich "Selbstunsicherheit" haben, auf inhaltliche und semantische Aspekte überprüft. Hierbei ging es u.a. darum, Synonyme auszusondern, fehlende Gegensätze und unklare Formulierungen zu beseitigen sowie die Relevanz der Merkmale zu beurteilen.

In mehreren Vorversuchen mit insgesamt 17 Vpn wurden die Skalen ebenfalls auf inhaltliche und semantische Aspekte sowie auf ihre Handhabbarkeit überprüft.

Nach dieser vorläufigen Überprüfung aufgrund der "Experten"-Beurteilungen und der Vorversuche ergab sich eine endgültige Liste von 45 bipolaren Merkmalen. Die Gegensatzpaare sollten dabei jeweils die Dimension "selbstsicher vs. selbstunsicher" repräsentieren. Die Merkmale wurden nach den allgemeineren Bereichen zu Gruppen zusammengefaßt, wobei jedoch die Reihenfolge der Items innerhalb dieser Gruppen zufällig war. Ebenso wurde die Polung der Items, d.h. die Anordnung der Gegensätze, zufällig erstellt, um mögliche Antworttendenzen auszuschalten.

6.1.2. Item-Analyse

Eine umfangreiche Item-Analyse an einer gesonderten Analyse-Stichprobe, wie sie z.B. bei LIENERT (1969) beschrieben wird, konnten wir aus zeitlichen und arbeitsökonomischen Gründen nicht durchführen.

Unser Ziel bestand darin, das von uns entwickelte Inventar einer vorläufigen Überprüfung zu unterziehen. Hierbei sollten erste Anhaltspunkte über die Gütekriterien der Items gewonnen werden, um mögliche ungeeignete Items zu eliminieren. Wichtigstes Element der Item-Analyse sollte eine faktorenanalytische Überprüfung des Fragebogens sein, um Informationen über die faktorielle Struktur des Inventars zu erhalten und die Merkmalsmenge zu reduzieren.

Unter dem Gesichtspunkt des angestrebten Vergleichs der Selbstwahrnehmung bei Selbstsicheren und Selbstunsicheren legten wir als Analyse-Stichprobe unsere Gesamtstichprobe von N=131 zugrunde. Kritisch angemerkt werden muß, daß in unserer Stichprobe Extremfälle, d.h. Personen mit sehr hoher Merkmalsausprägung, überrepräsentiert sind. Dies ist bei der Beurteilung der Analyse-Ergebnisse zu berücksichtigen.

6.1.2.1. Schwierigkeitsindex

Zur Identifizierung "extremer" Items, die nichts zur Differenzierung zwischen den Probanden beitragen, wurde die Verteilung der Itemmittelwerte überprüft.¹ Dabei zeigte sich, daß die Itemmittelwerte im mittleren Bereich liegen und keine "extremen" Items vorhanden sind, die wenig zur Differenzierung beitragen würden.

Zur Interpretation der Itemmittelwerte wurden zusätzlich die Antwortverteilungen der einzelnen Items herangezogen. Hierbei zeigten sich jedoch keine Verteilungen, die eine geringe Differenzierungsfähigkeit der Items darstellen würden.

¹Verteilung der Itemmittelwerte siehe Anhang

6.1.2.2. Faktorenanalytische Überprüfung

Im Rahmen unserer Fragebogenkonstruktion soll die Faktorenanalyse (s. ÜBERLA, 1971) als ordnungsstiftendes Hilfsmittel für die Itemselektion verwendet werden. Die Aufgabe der Faktorenanalyse besteht darin, Hypothesen über die zugrundeliegende Struktur des in den Items repräsentierten Merkmalsraumes zu bilden. Diese faktorielle Struktur soll die Grundlage für die Gruppierung der Items zu einzelnen Unterskalen darstellen.

Damit verbunden ist die datenreduzierende Funktion der Faktorenanalyse, die darin besteht, die große Zahl der in den Items repräsentierten Variablen auf wenige Faktoren zu reduzieren.

Es wurde eine Hauptachsenfaktorenanalyse mit iterativer Kommunalitäten-Berechnung und dem Kaiser-Abbruch-Kriterium "Eigenwert" ≥ 1 gerechnet. Anschließend wurde eine orthogonale Faktorenrotation nach dem Varimax-Verfahren durchgeführt. Die Faktorenanalyse wurde mit dem Computerprogramm "Factor" des SPSS (NIE et al., 1975) durchgeführt.

Nach dem Abbruch-Kriterium "Eigenwert ≥ 1 " ergeben sich zehn Faktoren.¹ Erfahrungsgemäß ergeben sich aber bei diesem Kriterium zu viele Faktoren, die psychologisch nicht mehr sinnvoll interpretierbar sind (REVENSTORF, 1976).

Nach dem "Scree-test" von CATTELL (s. ÜBERLA, 1971, S.127) ergeben sich vier Hauptachsen-Faktoren, die 46,17% der Gesamtvarianz aufklären.²

Die Aufklärung von 46,17% der Gesamtvarianz wird als ausreichend angesehen. Der hohe Anteil des ersten Hauptachsen-Faktors an der Gesamtkommunalität spricht für eine Interpretation dieses Faktors als Generalfaktor.

¹Eigenwerte der Korrelationsmatrix siehe Anhang

²Varianzanteile der vier Hauptachsen-Faktoren siehe Anhang

6.1.2.2.1. Generalfaktor

Die im SeW-Inventar enthaltenen Items sollen eine möglichst umfassende Repräsentation der Verhaltensmerkmale im Bereich "Selbstsicherheit vs. -unsicherheit" darstellen. Da alle Items diesem umschriebenen Merkmalsbereich entstammen, läßt sich die Annahme eines Generalfaktors theoretisch postulieren. Als Generalfaktor kann die erste Hauptachse angesehen werden (s. REVENSTORF, 1976).

Auf dem ersten Hauptachsen-Faktor haben auch fast alle Items substantielle Ladungen, d.h. $\geq .30$.¹
Lediglich die Items Nr. 13, 39 und 45 haben keine nennenswerten Ladungen.

Alle Items mit substantieller Ladung wurden zu einer Gesamtskala zusammengefaßt, die wir "Selbstunsicheres vs. selbstsicheres Verhalten" benennen.

6.1.2.2.2. Multiple Faktoren

Die Annahme eines Generalfaktors wird jedoch nur als eine Möglichkeit betrachtet. Die noch relativ hohen Varianzanteile der anderen Faktoren machen deutlich, daß ein Faktorenmodell mit multiplen Faktoren (s. REVENSTORF, 1976) eine adäquatere Lösung darstellt.

Nach dem "Scree-Test" erschien eine 4-Faktoren-Lösung sinnvoll. Es ist jedoch in der Praxis üblich, mehrere Faktorenanalysen mit unterschiedlicher Anzahl von Faktoren zu berechnen, um unter Anlegung bestimmter Kriterien eine angemessene Lösung zu bestimmen. Unsere Kriterien zur Festlegung der Faktorenzahl waren: ausreichende Varianzanteile der Faktoren (mind. 5 % der Gesamtvarianz), genügende Anzahl von Items pro Faktor (mind. 5) sowie ausreichende Zahl von "faktorenbereinen" Items pro Faktor, d.h. Items mit nur einer substantiellen Ladung.

¹Tabelle mit den Ladungen des 1. Hauptachsen-Faktors siehe Anhang

Ein Hauptkriterium sollte jedoch die inhaltliche Interpretierbarkeit des Faktors sein.

Unter Berücksichtigung dieser Kriterien, die nicht alle eingehalten werden konnten, sondern gegeneinander abgewägt werden mußten, erschien eine 4-Faktoren-Lösung als die beste Lösung.

Nach der Varimax-Rotation der vier Hauptachsen-Faktoren wurden die Items den einzelnen Faktoren zugeordnet.¹ Diese Itemzuordnung erfolgte nach Höchstladung, d.h. ein Item wurde dem Faktor zugeordnet, auf dem es seine höchste Ladung hat.

Es wurden dabei nur substantielle Ladungen, d.h. $\geq .30$, berücksichtigt. Substantielle Ladungen auf anderen Faktoren wurden als Doppelladungen gekennzeichnet.

Die inhaltliche Interpretation von Faktoren beruht darauf, daß eine hohe Ladung eines Merkmals auf einem Faktor ein Ausdruck für eine hohe Korrelation zwischen dem Merkmal und dem Faktor ist, d.h. daß beide etwa das gleiche erfassen (s. REVENSTORF, 1976).

Diese inhaltliche Nähe trifft besonders auf Merkmale zu, die auf anderen Faktoren nur ganz geringe Ladungen haben.

Zur Benennung oder Interpretation unserer Faktoren wurden die sogenannten "Markiervariablen" (s. PAWLIK, 1968), d.h. solche mit absolut hohen Ladungen (größer als .50) herangezogen, wobei besonders die faktorenreinen Variablen betrachtet wurden. Zusätzlich wurden alle anderen faktorenreinen Variablen mit einbezogen.

Der erste Faktor enthält 13 Items mit Höchstladung auf diesem Faktor und einer Ladung von $\alpha \geq .30$. Mit Ausnahme der Items Nr. 1 und 2 entstammen alle Items inhaltlich dem Bereich paralinguistischen Verhaltens.

¹ Varianzanteile der rotierten Faktoren sowie Tabellen mit den Items der einzelnen Faktoren siehe Anhang

Die einzelnen Merkmalspaare decken die Pole "un-schlüssiger Tonfall, undeutliche Lautstärke, gehemmte, stockende Stimme" versus "bestimmter Tonfall, deutliche Lautstärke, dynamische, flüssige Stimme" ab. Wir benennen die Subskala "Paralinguistische Unbeholfenheit vs. Bestimmtheit".

Der zweite Faktor enthält 12 Items mit Höchstladung und einer Ladungshöhe von $a \geq .30$. Die Items mit der größten Ladung entstammen inhaltlich alle dem Bereich nonverbalen Verhaltens. Lediglich die drei niedrigst ladenden Items Nr. 38, 40 und 42 entstammen dem Bereich des Sprachinhalts.

Die einzelnen Merkmalspaare markieren die Pole " vom Partner wegsehen, sich abwenden, flackernder Blickkontakt, verspannte Hände" versus "den Partner ansehen, sich zuwenden, fester Blickkontakt, entspannte Hände". Wir benennen die Subskala 2 "Nonverbale Abwehr vs. Zuwendung".

Der dritte Faktor enthält 9 Items mit Höchstladung und einer Ladung von $a \geq .30$. Bis auf die Items Nr. 23 und 37 stammen alle Items inhaltlich aus dem Bereich nonverbalen Verhaltens.

Die Merkmalspaare zeigen dabei die Pole "ausdrucksarme, steife Mimik, keine Gestik, weiß nichts mit den Händen zu tun" versus "ausdrucksreiche, bewegliche Mimik, gestikulieren, Handbewegung als Ausdrucksmittel" an. Wir benennen die Subskala 3 "Nonverbale Steifheit vs. Ausdrucksreichtum".

Der vierte Faktor enthält 8 Items mit Höchstladung und einer Ladungshöhe über $.30$. Außer den beiden niedrigst ladenden Items Nr. 5 und 29 entstammen die Items dem Bereich des formalen und inhaltlichen Verbalverhaltens.

Die einzelnen Merkmalspaare repräsentieren die Pole "spreche weniger als Partner, mache oft Pausen, defensiver Inhalt" versus "spreche mehr als Partner, mache selten Pausen, offensiver Inhalt". Wir benennen die Subskala 4 "Verbale Zurückgezogenheit vs. Durchsetzung".

Diese aufgrund der Faktorenanalyse gebildeten vier Skalen sind inhaltlich nicht ganz unabhängig, da viele Items substantielle Ladungen auf mehr als einem Faktor haben. Rechnerisch sind die Skalen unabhängig, da kein Item doppelt ausgewertet wird.

6.1.2.3. Trennschärfe

Die Trennschärfeanalyse¹ für die Gesamtskala und die einzelnen Subskalen ergab, daß die Koeffizienten alle positiv sind und über dem festgesetzten Grenzwert von .30 liegen und demnach die Items als geeignete Indikatoren für das mit der jeweiligen Skala erfaßte Merkmal gelten können.

Der Vergleich der "Eigen- und Fremd-Trennschärfen" (DIEHL & KOHR, 1977, S.401) kann jedoch keine eindeutige Unterstützung für die aufgrund der Faktorenanalyse getroffene Itemzuordnung liefern.

Zwar liegen die Eigen-Trennschärfen fast alle höher als die Fremd-Trennschärfen, jedoch sind die Differenzen oft nur gering. Auch in den wenigen Fällen, in denen die Fremd-Trennschärfen höher liegen als die Eigen-Trennschärfen, sind die Differenzen so gering, daß eine Neuordnung der Items nicht sinnvoll erscheint.

¹ einzelne Tabellen siehe Anhang

6.1.3. Endform des SeW-Inventars

Im folgenden sollen die endgültigen Skalen des SeW-Inventars zusammengefaßt werden, die in unserer Untersuchung zugrunde gelegt wurden:

SeW-Gesamtskala "Selbstunsicheres vs. selbstsicheres Verhalten"

42 Items; Variationsbreite der Skala: 42 - 294

Hohe Werte entsprechen einer Wahrnehmung des eigenen Verhaltens in Richtung allgemeiner Selbstunsicherheit, niedrige Werte in Richtung Selbstsicherheit.

SeW-Subskala 1 "Paralinguistische Unbeholfenheit vs. Bestimmtheit"

13 Items; Variationsbreite der Skala: 13 - 91

Hohe Werte repräsentieren eine Wahrnehmung des eigenen Verhaltens als paralinguistisch unbeholfen, niedrige Werte als paralinguistisch bestimmt.

SeW-Subskala 2 "Nonverbale Abwehr vs. Zuwendung"

12 Items; Variationsbreite der Skala: 12 - 84

Hohe Werte zeigen eine Selbstwahrnehmung des Verhaltens in Richtung nonverbaler Abwehr, niedrige Werte in Richtung nonverbaler Zuwendung an.

SeW-Subskala 3 "Nonverbale Steifheit vs. Ausdrucksreichtum"

9 Items; Variationsbreite der Skala: 9 - 63

Hohe Werte kennzeichnen eine Wahrnehmung des Verhaltens als nonverbal steif, niedrige Werte als nonverbal ausdrucksreich.

SeW-Subskala 4 "Verbale Zurückgezogenheit vs. Durchsetzung"

8 Items; Variationsbreite der Skala: 8 - 56

Hohe Werte repräsentieren eine Selbstwahrnehmung in Richtung verbaler Zurückgezogenheit, niedrige Werte in Richtung verbaler Durchsetzung.

6.2. Anspruchsniveau-Inventar (AN)

Bei der Erfassung der Standards bzw. des Anspruchsniveaus, das Personen an ihr eigenes Verhalten im Merkmalsbereich Selbstsicherheit/-unsicherheit legen, ging es uns darum, von den Probanden Informationen zu erhalten, die direkt vergleichbar mit der Selbstwahrnehmung sind.

Dies war notwendig, um neben dem absoluten Anspruchsniveau die Differenzen zwischen Standard und Selbstwahrnehmung, d.h. zwischen Soll- und Ist-Lage zu ermitteln.

Um den genannten Aspekten der Vergleichbarkeit zu genügen, verwendeten wir bei dem AN-Inventar die Selbstratingskalen des Selbstwahrnehmungs-Inventars, mit der Instruktion, auf den gleichen Skalen das Anspruchsniveau zu kennzeichnen.

Die Instruktion wurde auf einem gesonderten Blatt am Ende des SeW-Inventars gegeben.¹

Hierdurch sollte die Erhebung der Selbstwahrnehmung nicht beeinflußt werden, was beim üblichen Ausfüllen des Fragebogens in der vorgegebenen Reihenfolge wahrscheinlich erreicht worden ist. Es läßt sich jedoch nicht ausschließen, daß einzelne Probanden die Instruktion schon vor dem Ausfüllen des SeW-Inventars entdeckt und gelesen haben.

Wir vermieden in der Fragebogen-Anweisung den Begriff "Anspruchsniveau", um mögliche alltagssprachliche Begriffserweiterungen auszuschließen. Vielmehr wurde der Begriff in der Instruktion folgendermaßen umschrieben: "wie Ihr Verhalten in sozialen Situationen aussehen müßte, damit sie mit sich selbst zufrieden sein können".

Im Unterschied zu anderen Meßverfahren, in denen es um Diskrepanzen zwischen Selbst- und Idealbild geht (s. z.B. Gießen-Test), wurde in der Anweisung betont, daß es nicht um Idealvorstellungen geht, sondern um notwendige Verhaltensweisen, "um überhaupt mit sich zufrieden zu sein".

Mit dieser Umschreibung versuchten wir, das Anspruchsniveau als konkrete Zielsetzungen für Handlungen zu erfassen.

¹ siehe Anhang

Denn nur unter diesem Aspekt konkreter Zielvorstellungen läßt sich u.E. das Anspruchsniveau als handlungssteuernde Kognitionen begreifen. Demgegenüber werden Idealvorstellungen, die als Idealbild oder Ich-Ideal bezeichnet werden, u.E. nur in begrenztem Maße auf konkreten Handlungsebenen eine steuernde Funktion ausüben.

Auf eine Item-Analyse des AN-Inventars, die das Ziel hätte, eventuell ungeeignete Items auszusondern, wurde verzichtet, da wegen der Vergleichbarkeit die Items des Selbstwahrnehmungs-Fragebogens beibehalten werden sollten. Auch für die Auswertung wurde die beim SeW-Inventar gefundene Faktorenstruktur zugrunde gelegt, so daß neben einem Generalfaktor vier Einzelfaktoren den Auswertungsskalen zugrunde liegen.

Das Anspruchsniveau-Inventar (AN) umfaßt demnach folgende Skalen:

AN-Gesamtskala "Selbstunsicheres vs. selbstsicheres Verhalten"

AN-Subskala 1 "Paralinguistische Unbeholfenheit vs. Bestimmtheit"

AN-Subskala 2 "Nonverbale Abwehr vs. Zuwendung"

AN-Subskala 3 "Nonverbale Steifheit vs. Ausdrucksreichtum"

AN-Subskala 4 "Verbale Zurückgezogenheit vs. Durchsetzung"

Niedrige Werte in den einzelnen Skalen repräsentieren jeweils ein hohes Anspruchsniveau in Richtung Selbstsicherheit, während hohe Werte in den Skalen ein niedriges Anspruchsniveau anzeigen.

6.3. Fremdwahrnehmungs-Inventar (FW)

Um das Ausmaß möglicher Selbstwahrnehmungsverzerrungen feststellen zu können, benötigten wir ein Maß dafür, wie das Verhalten der Probanden im Merkmalsbereich Selbstunsicherheit/-sicherheit in realen Situationen tatsächlich ist. Als Kriterium für dieses "objektive" Verhalten sollten die Wahrnehmungen nahestehender Sozialpartner dienen, die das Verhalten der Probanden in sozialen Situationen sehr häufig beobachten können.

Zur Erfassung dieser Fremdwahrnehmung benötigten wir ein Meßverfahren, dessen Ergebnisse direkt vergleichbar mit den Daten zur Selbstwahrnehmung sind, um die Diskrepanzen zwischen Fremd- und Selbstwahrnehmung bestimmen zu können, die als Maß für gestörte Selbstwahrnehmung betrachtet werden können.

Aus diesem Grund entwickelten wir ein neues Meßinstrument, wobei wir die Ratingskalen des Selbstwahrnehmungs-Inventars zugrunde legten und lediglich die Instruktion änderten.¹

Wegen der Vergleichbarkeit zum SeW-Inventar übernahmen wir alle Items und verzichteten auf eine gesonderte Item-Analyse.

Auch für die Auswertung legten wir die Skalen zugrunde, die sich durch die faktorenanalytische Überprüfung des SeW-Inventars ergeben hatten, da wir überprüfen wollten, ob es auf den relevanten Dimensionen der Selbstwahrnehmung Widersprüche zur Fremdwahrnehmung gibt.

Fremdeinschätzungen durch nahestehende Sozialpartner können als relativ gut und valide bezeichnet werden, da diese Personen aufgrund des natürlichen Kontaktes mit den Probanden im Alltagsleben eine nahezu optimale Beobachtungsgrundlage haben.

¹ siehe Anhang

Die Gefahr bei Fremdratings liegt jedoch darin, daß bestimmte Einstellungen, Erwartungen, Bedürfnisse u.ä. gegenüber den zu beobachtenden Personen in die Einschätzungen durch die Sozialpartner mit einfließen können (s. HARTIG, 1975).

Diese Gefahr möglicher Verfälschungen versuchten wir durch die Informationen und Hinweise in dem Begleitschreiben (s. Anhang), durch die Anonymität der Befragung sowie durch verschiedene Vorkehrungen zu reduzieren, die eine unbeeinflusste Erhebung der Fremdwahrnehmung gewährleisten sollten, z.B. Begleitschreiben für die Probanden (s. Anhang), getrennte Zurücksendung der Fragebogen.

Das Fremdwahrnehmungs-Inventar (FW) umfaßt demnach folgende Skalen:

FW-Gesamtskala "Selbstunsicheres vs. selbstsicheres Verhalten".

FW-Subskala 1 "Paralinguistische Unbeholfenheit vs. Bestimmtheit".

FW-Subskala 2 "Nonverbale Abwehr vs. Zuwendung".

FW-Subskala 3 "Nonverbale Steifheit vs. Ausdrucksreichtum".

FW-Subskala 4 "Verbale Zurückgezogenheit vs. Durchsetzung".

Hohe Werte in den einzelnen Skalen repräsentieren jeweils eine Fremdwahrnehmung in Richtung Selbstunsicherheit, niedrige Werte zeigen eine Fremdwahrnehmung in Richtung Selbstsicherheit an.

6.4. Fragebogen zur Erfassung von Konsequenz-
Erwartungen (FKE)¹

6.4.1. Fragebogen-Konstruktion

Als ein Bereich von Konsequenz-Erwartungen sollte untersucht werden, welche Konsequenzen die Probanden auf die Äußerung selbstsicheren Verhaltens erwarten. Wichtig erschien uns dabei ein Teilaspekt, nämlich die subjektive Wahrscheinlichkeit, mit der die Probanden das Eintreten negativer bzw. positiver Reaktionen des Interaktionspartners erwarten, wenn sie sich in einer bestimmten Situation selbstsicher verhalten. Meßinstrumente zur Erfassung derartiger Erwartungen existieren unseres Wissens nicht, so daß wir einen neuen Fragebogen entwickelten.

Ausgehend von unseren o.g. Überlegungen sollten die Items des Fragebogens so beschaffen sein, daß die Pbn. eine möglichst gute Vorstellung entwickeln, daß sie sich in einer bestimmten Situation selbstsicher verhalten, um dann Aussagen über die Wahrscheinlichkeit möglicher Konsequenzen zu machen.

In der Vorform des Fragebogens waren die Items so aufgebaut, daß zuerst eine soziale Situation beschrieben wurde und anschließend die Beschreibung einer selbstsicheren Verhaltensweise folgte mit der Aufforderung an den Pb., sich selbst als Handelnder in der Situation vorzustellen. Anschließend wurden zwei Schilderungen möglicher Konsequenzen, d.h. Reaktionen des Interaktionspartners vorgegeben, wobei jeweils eine eher negativ und die andere eher positiv war. Der Pb. sollte dann seine subjektive Wahrscheinlichkeit für das Eintreten jeweils beider Konsequenzen auf einer Skala von 1 bis 4 markieren.

¹ siehe Anhang

Die Beschreibungen der Situationen und der selbstsicheren Verhaltensweisen entnahmen wir dem "Diskriminations-Test" von LANGE & JAKUBOWSKI (1976) in der Übersetzung von ECHELMEYER (1976), der zur Sensibilisierung und Steigerung der Differenzierungsfähigkeit hinsichtlich selbstsicheren, selbstunsicheren und aggressiven Verhaltens in der Ausbildung von Trainern, aber auch in Therapien, eingesetzt werden kann. Der Vorteil bei der Übernahme der Itemformulierungen lag darin, daß die beschriebenen Verhaltensweisen bereits von mehreren erfahrenen Beurteilern als selbstsicher eingestuft waren. Die Beschreibungen der Konsequenzen wurden von uns entwickelt und von einigen "Experten" daraufhin überprüft, ob sie negative bzw. positive Konsequenzen repräsentieren.

Mit dieser Vorform des Fragebogens wurden mehrere Vorversuche mit studentischen Versuchspersonen und Klienten durchgeführt. Dabei zeigte sich, daß mit der Vorgabe von Konsequenzen besondere Schwierigkeiten verbunden waren. Das Hauptproblem bestand in der genauen Schilderung möglicher Konsequenzen. Hierdurch fühlten sich die Versuchspersonen einerseits in ihrer Vorstellungskraft eingeengt, andererseits erlebten sie auch keinen Spielraum für Differenzierungen oder nur partielle Übereinstimmungen. Weitere Probleme gab es mit einzelnen Situationsbeschreibungen, die den Vpn. ungeeignet erschienen, sowie mit der Markierung der subjektiven Wahrscheinlichkeit auf der vorgegebenen Skala von 1 bis 4. Darüberhinaus hatten die Vpn. zum Teil Schwierigkeiten bei der Identifikation mit den beschriebenen selbstsicheren Verhaltensweisen.

Aufgrund der Ergebnisse der Vorversuche veränderten wir die Endform dahingehend, daß auf die Vorgabe möglicher Konsequenzen und die Angabe subjektiver Eintretenswahrscheinlichkeiten verzichtet wurde. Die Erwartungen hinsichtlich der Konsequenzen, d.h. der Reaktionen des Interaktionspartners, sollten stattdessen auf der Dimension "positiv vs. negativ" eingeschätzt werden, wobei wir eine Skala von 1 (= sehr negativ) bis 6 (= sehr positiv) zugrunde legten.

Ferner wurde die Instruktion verbessert und einige ungeeignete Items herausgenommen, so daß die vorläufige Form des Fragebogens aus 21 Items besteht.

Mit der Einschätzung möglicher Reaktionen des Interaktionspartners auf der Dimension "positiv vs. negativ" werden jedoch u.E. nicht nur subjektive Wahrscheinlichkeiten für das Eintreten möglicher Konsequenzen erfaßt, sondern auch die Bewertungen, die die Probanden möglichen Konsequenzen beimessen. Es ist also zu berücksichtigen, daß hier beide Aspekte der Konsequenz-Erwartungen mit eingehen und erfaßt werden.

6.4.2. Item-Analyse

Auf eine umfangreiche Item-Analyse an einer gesonderten Analyse-Stichprobe mußten wir verzichten. Wie beim SeW-Fragebogen konnten wir nur eine vorläufige Überprüfung an unserer Gesamt-Untersuchungsstichprobe durchführen, um eventuell ungeeignete Items zu eliminieren.

Im Vordergrund stand dabei eine faktorenanalytische Untersuchung, um die bei der Konstruktion intendierte Eindimensionalität des Fragebogens zu überprüfen. Als Analyse-Stichprobe legten wir wiederum unsere Gesamtstichprobe von N=131 zugrunde.

6.4.2.1. Schwierigkeitsindex

Zur Identifizierung "extremer" Items, die nichts zur Differenzierung zwischen den Probanden beitragen, wurde die Verteilung der Itemmittelwerte überprüft. Hier wurde deutlich, daß die meisten Itemmittelwerte im mittleren Bereich liegen.¹

¹Verteilung der Itemmittelwerte siehe Anhang

Lediglich ein Item weist einen extremen Mittelwert auf.

Dem Mittelwert dieses Items Nr. 16 ($\bar{x} = 5,59$; $s = 0,67$) läßt sich entnehmen, daß nahezu alle Probanden dies Item in Richtung extrem positiver Konsequenz-Erwartung beantwortet haben. Dies Item sollte daher für die Endform des Fragebogens ausgesondert werden.

Zur Interpretation der Itemmittelwerte wurden zusätzlich die Häufigkeitsverteilungen der Antworten auf den einzelnen Items herangezogen. Hierbei zeigte sich, daß Verteilungen, die eine geringe Differenzierungsfähigkeit oder eine rein zufallsmäßige Verteilung anzeigen, nicht vorkommen.

6.4.2.2. Faktorenanalytische Überprüfung

Die Items des FKE-Fragebogens sind so konstruiert worden, daß sie alle das Merkmal "Konsequenz-Erwartungen auf selbstsicheres Verhalten" erfassen sollen.

Die faktorenanalytische Überprüfung sollte zeigen, ob die bei der Konstruktion beabsichtigte Eindimensionalität des Fragebogens durch die faktorielle Struktur bestätigt werden kann. Erwartet wurde, daß alle Items auf einem gemeinsamen Faktor laden, d.h. daß alle Items zum großen Teil das gleiche messen.

Es wurde eine Hauptachsenfaktorenanalyse mit iterativer Kommunalitäten-Berechnung und dem Kaiser-Abbruch-Kriterium "Eigenwert ≥ 1 " gerechnet. Die Faktorenanalyse wurde mit dem Computerprogramm FACTOR des SPSS (NIE et al., 1975) durchgeführt.

Nach dem Abbruch-Kriterium "Eigenwert ≥ 1 " wurden sich sieben Faktoren ergeben.¹ Auch nach dem "Scree-Test" von CATTELL (s. ÜBERLA, 1971, S.127) würde man drei bis vier Faktoren extrahieren.

¹Tabelle mit den Eigenwerten der Korrelationsmatrix siehe Anhang

Diese Kriterien sprechen eher für ein Faktorenmodell mit mehreren multiplen Faktoren. Es wurden daher mehrere Faktorenanalysen mit unterschiedlicher Anzahl von Faktoren berechnet, wobei jeweils eine orthogonale Faktorenrotation nach dem Varimax-Verfahren durchgeführt wurde. Dabei zeigte sich jedoch, daß Lösungen mit mehreren Faktoren inhaltlich nicht interpretierbar waren, d.h. es ließen sich aus den Iteminhalten der jeweiligen Faktoren keine sinnvollen und unterscheidbaren Dimensionen interpretieren.

Wir berechneten daher eine Ein-Faktoren-Lösung, die aufgrund der Fragebogen-Konstruktion erwartet wurde. Der erste Hauptachsen-Faktor erklärt 19,3 % der Gesamtvarianz, was als niedrig bezeichnet werden muß. Die Varianz des Faktors beträgt 4,04. Auf diesem Faktor besitzen vier Items keine substantiellen Ladungen.¹

Insgesamt muß gesagt werden, daß durch die faktorenanalytische Überprüfung die Eindimensionalität des FKE-Fragebogens nicht eindeutig bestätigt werden kann. Die Ergebnisse zeigen, daß die Iteminhalte zu heterogen sind, um eine einheitliche Faktorenstruktur zu erhalten. Wir vermuten, daß die Heterogenität einerseits dadurch bedingt ist, daß in den Items unterschiedliche Dimensionen oder Aspekte selbstsicheren Verhaltens enthalten sind. So repräsentieren z.B. einige Items die Dimensionen "Forderungen stellen" und "Forderungen ablehnen", während andere sich auf die Verhaltensklassen "Loben" und "Kritik annehmen" beziehen. Wir nehmen an, daß mit diesen verschiedenen Verhaltensklassen auch unterschiedliche Konsequenz-Erwartungen verbunden sind. Die Analyse der Mehr-Faktoren-Lösungen läßt auch vermuten, daß in den Items u.a. eine Dimension "Vertrautheit vs. Fremdheit des Partners" enthalten ist, ohne daß sich dies jedoch in einer eindeutigen Faktorenstruktur ausdrücken würde. Dies könnte aber eine weitere Bedingung für die Heterogenität darstellen.

¹ Tabelle mit den Itemladungen auf dem 1. Hauptachsen-Faktor siehe Anhang

Für eine genauere Analyse der im FKE-Fragebogen enthaltenen Dimensionen wären jedoch noch weitere Untersuchungen notwendig. Uns interessierte vor allem die den Items gemeinsame Dimension der "Konsequenz-Erwartungen", die durch den ersten Hauptachsen-Faktor repräsentiert ist. Hier haben denn auch 17 der 21 Items substantielle Ladungen. Obwohl durch diesen Faktor nur 19,3 % der Gesamtvarianz aufgeklärt werden, entschieden wir uns, diese Lösung innerhalb unserer Studie zu verwenden.

Alle Items mit substantieller Ladung auf diesem Faktor wurden zu einer Gesamtskala "Positive vs. negative Konsequenz-Erwartungen" zusammengefaßt. Heraus fielen die Items Nr. 2, 10, 13 und 16.

6.4.2.3. Trennschärfe

Die Betrachtung der Trennschärfekoeffizienten¹ zeigt, daß alle Item-Gesamtrohwert-Korrelationen positiv sind, jedoch nur im mittleren Bereich liegen.

Alle Koeffizienten liegen aber über dem unteren Grenzwert von .30. Die Items können daher noch als geeignete Indikatoren für das mit der Gesamtskala erfaßte Merkmal der Konsequenz-Erwartungen aufgefaßt werden und innerhalb des Fragebogens verbleiben.

Die Endform des FKE-Fragebogens besteht demnach aus 17 Items. Variationsbreite der Skala: 17 -102. Hohe Werte kennzeichnen sehr positive Konsequenz-Erwartungen auf die Äußerung selbstsicheren Verhaltens, niedrige Werte sehr negative Erwartungen.

¹Tabelle siehe Anhang

7. Zur Datenauswertung

Es soll überprüft werden, ob sich die beiden Extremgruppen der Selbstunsicheren und Selbstsicheren hinsichtlich der in den Hypothesen formulierten kognitiven Variablen unterscheiden.

Als statistisches Verfahren zur Überprüfung von Mittelwertsunterschieden zwischen zwei Stichproben ist bei Intervalldaten der t-Test für unabhängige Stichproben angebracht.

Da für den t-Test die Normalverteilung der Beobachtungswerte Voraussetzung ist, wurden die Verteilungen der Variablenwerte in jeder Gruppe auf Normalverteilung überprüft. Als Prüfverfahren wurde der KOLMOGOROV-SMIRNOV-Test für eine Stichprobe verwendet (s. SIEGEL, 1976; LIENERT, 1973).

Da es uns um die Annahme der Nullhypothese geht, sollte das Signifikanzniveau α relativ hoch gewählt werden, um den β -Fehler möglichst gering zu halten, d.h. um mit größerer Sicherheit die Nullhypothese anzunehmen. In der Regel wird hierfür ein Signifikanzniveau von $\alpha=10\%$ als ausreichend hoch angesehen (FRÖHLICH & BECKER, 1972). Auch in unserem Fall legten wir diese Grenze fest.

In den Fällen, in denen in beiden jeweils zu vergleichenden Gruppen die Variablenwerte normalverteilt waren, wurden die Mittelwertsunterschiede zwischen den Stichproben mit Hilfe des t-Tests für unabhängige Stichproben geprüft.

Eine weitere Voraussetzung des t-Tests, nämlich die Varianzhomogenität in beiden Stichproben, wurde mit dem F-Test (s. CLAUSS & EBNER, 1977) geprüft. Da wir an der Annahme der Nullhypothese (= Varianzhomogenität) interessiert sind, wurde die Irrtumswahrscheinlichkeit relativ groß gewählt ($\alpha=10\%$), um den β -Fehler, d.h. die Wahrscheinlichkeit der Annahme einer falschen Nullhypothese, möglichst gering zu halten.

Abhängig vom Ergebnis des F-Tests wurde der t-Test für gleiche bzw. ungleiche Varianzen verwendet (s. CLAUSS & EBNER, 1977).

Lagen nach den Ergebnissen des KOLMOGOROV-SMIRNOV-Tests in mindestens einer von den beiden zu vergleichenden Gruppen keine normalverteilten Variablenwerte vor, so wurden die Stichprobenwerte mit Hilfe des parameterfreien U-Tests von MANN & WHITNEY (s. BORTZ, 1979; CLAUSS & EBNER, 1977) auf Unterschiede geprüft.

Exkurs: Der KOLMOGOROV-SMIRNOV-Test geht davon aus, daß die Parameter der theoretischen Verteilung bekannt sind, was in der Forschungspraxis nur selten gegeben ist. Für den Fall der Unbekanntheit der Verteilungsparameter in der Population hat LILLIEFORS (1967) eine Modifikation des K-S-Tests und eine Verschärfung der kritischen Grenzen für die Prüfgröße der maximalen Abweichung vorgeschlagen (s. LIENERT, 1973; MARASCUILLO & McSWEENEY, 1977).

In den Fällen, in denen bei der Prüfung unserer Stichprobenwerte auf Normalverteilung diese kritischen Grenzen überschritten waren, wurden die Stichprobenmittelwerte neben dem t-Test zusätzlich mit Hilfe parameterfreier Prüfverfahren überprüft. Dabei ergaben sich jedoch keine abweichenden Ergebnisse, was für die relative Robustheit des t-Tests gegenüber Verletzungen der Normalitätsvoraussetzung spricht (s. BONEAU, 1971; BORTZ, 1979).

Neben den Mittelwertsvergleichen zwischen den Extremgruppen wurden zum Teil auch Vergleiche zwischen zwei Variablenwerten innerhalb derselben Stichprobe durchgeführt.

Diese Mittelwertsvergleiche wurden - abhängig von der Prüfung auf Normalverteilung - entweder mit dem t-Test für abhängige Stichproben (s. BORTZ, 1979; CLAUSS & EBNER, 1977) oder mit dem parameterfreien WILCOXON-Test für verbundene Stichproben (s. BORTZ, 1979; LIENERT, 1973) durchgeführt.

Zur Überprüfung der explorativen Frage, ob die Variablen Geschlecht, Alter und Schulbildung einen Einfluß auf die Ausprägung der kognitiven Prozesse haben oder ob Wechselwirkungen mit der Variable "Selbstunsicherheit" bestehen, wurden für jedes Maß der kognitiven Prozesse mehrere zweifaktorielle Varianzanalysen (s. BORTZ, 1979; NIE et al., 1975) berechnet. Ein Bedingungsfaktor war dabei jeweils die Variable "Selbstunsicherheit" (Selbstunsichere versus Selbstsichere). Der zweite Bedingungsfaktor repräsentierte jeweils die Variablen Geschlecht bzw. Alter bzw. Schulbildung, wobei die Probanden jeweils in zwei Gruppen unterteilt wurden.

Die ungleiche Größe der Stichproben in den einzelnen Zellen wurde bei der Berechnung der Varianzanalysen berücksichtigt (s. NIE et al., 1975). Da die Varianzanalyse relativ unempfindlich gegenüber Abweichungen von der Normalverteilung und Verletzungen der Varianzhomogenität der Daten in den einzelnen Zellen ist (s. FRÖHLICH & BECKER, 1972), wurde auf eine gesonderte Überprüfung verzichtet.

Für die Prüfung differentieller Zusammenhänge zwischen verschiedenen Aspekten der Selbstunsicherheit und einzelnen kognitiven Variablen wurde eine korrelationsstatistische Analyse der Daten durchgeführt.

Da in einzelnen Fällen die Voraussetzungen für die Anwendung eines parametrischen Korrelationsmaßes nicht erfüllt sind, entschlossen wir uns, generell ein nicht-parametrisches Verfahren anzuwenden und zwar den Rang-Korrelationskoeffizienten rho nach SPEARMAN (s. LIENERT, 1973; SIEGEL, 1976).

Alle Korrelationskoeffizienten wurden einseitig auf statistische Signifikanz überprüft.

Alle Ergebnisse, für die einseitig gerichtete Hypothesen vorlagen, wurden einseitig auf statistische Signifikanz überprüft.

In den selteneren Fällen, in denen keine einseitigen Hypothesen formuliert wurden, wurden die Ergebnisse zweiseitig geprüft. Dies wird dann jeweils in den Tabellen erwähnt.

Folgende Irrtumswahrscheinlichkeiten werden angegeben:

- $p = 0,05$ (bedeutet: $p \leq 0,05$) : signifikantes Ergebnis
 $p = 0,01$ (bedeutet: $p \leq 0,01$) : sehr signifikantes Ergebnis
 $p = 0,001$ (bedeutet: $p \leq 0,001$) : hochsignifikantes Ergebnis

Entsprechende Bedeutung haben die Ausdrücke 5%, 1% und 0,1% der Signifikanz.

Bei einigen Probanden fehlen einzelne Werte der Maße der kognitiven Prozesse, da einzelne Fragebogen nicht vollständig ausgefüllt oder die Anweisungen nicht richtig verstanden wurden. Diese fehlenden Werte wurden als "Missing Data" bei den Berechnungen berücksichtigt.

Alle Berechnungen und statistischen Überprüfungen wurden mit den Computerprogrammen des SPSS (NIE et al., 1975; HULL & NIE, 1981) durchgeführt.

V. DARSTELLUNG DER ERGEBNISSE

In diesem Teil sollen die einzelnen Befunde unserer Untersuchung dargestellt werden.

Zunächst werden die Ergebnisse beschrieben, die sich aus dem Vergleich zwischen der Selbstunsicheren-Gruppe und der Selbstsicheren-Gruppe ergeben haben. Dabei sollen unsere einzelnen Hypothesen, die sich auf unterschiedliche kognitive Prozesse bei Selbstunsicheren und Selbstsicheren beziehen, überprüft werden.

Im Anschluß an diese Hypothesenüberprüfung werden die Befunde dargestellt, die sich auf die Beantwortung unserer zusätzlichen Fragestellungen beziehen. Dabei wird einerseits der Einfluß der Variablen Geschlecht, Alter und Schulbildung überprüft, andererseits werden differentielle Zusammenhänge zwischen Selbstunsicherheit in verschiedenen Teilbereichen und den kognitiven Prozessen untersucht.

1. Vergleich zwischen Selbstunsicheren und Selbstsicheren

Im folgenden werden die Ergebnisse des Vergleichs zwischen der Selbstunsicheren-Gruppe (N=35) und der Selbstsicheren-Gruppe (N=35), getrennt für jede Hypothese, dargestellt.

1.1. Hypothese 1: Selbstwahrnehmung

Unter dieser Hypothese nehmen wir an, daß die Selbstwahrnehmungsprozesse selbstunsicherer Personen in der Weise gestört sind, daß sie ihr eigenes Verhalten in sozialen Situationen im allgemeinen negativer wahrnehmen als es tatsächlich ist.

Betrachten wir aber zunächst, wie Selbstunsichere und Selbstsichere ihr eigenes Verhalten überhaupt wahrnehmen. Hierzu sollen die Ergebnisse des Selbstwahrnehmungs-Inventars (SeW) herangezogen werden.

Der Vergleich zwischen der Gruppe der Selbstunsicheren und der Gruppe der Selbstsicheren zeigt, daß selbstunsichere Personen ihr Verhalten in sozialen Situationen signifikant stärker in Richtung Selbstunsicherheit wahrnehmen als Selbstsichere. Sowohl auf der Gesamtskala als auch auf den vier Subskalen des SeW-Inventars zeigen sich hochsignifikante Unterschiede zwischen beiden Gruppen.

Tab. 6: Vergleich der Selbstwahrnehmung (SeW-Werte) zwischen Selbstunsicheren und Selbstsicheren

SeW-Skalen	Unsichere $\bar{x}$ (s)	Sichere $\bar{x}$ (s)	t-Test	Signifikanz p =
G Selbstunsicheres Verhalten	173,80 (29,89)	103,29 (22,88)	t=11,08	0,001
1 Paralinguistische Unbeholfenheit	56,14 (12,18)	30,71 (9,64)	t= 9,69	0,001
2 Nonverbale Abwehr	48,03 (11,10)	26,31 (7,42)	t* 9,62	0,001
3 Nonverbale Steifheit	31,09 (7,43)	19,11 (5,96)	t= 7,44	0,001
4 Verbale Zurückgezogenheit	37,03 (8,08)	26,09 (6,95)	t= 6,07	0,001

*= t-Test für ungleiche Varianzen

Selbstunsichere Personen nehmen danach im Vergleich zu Selbstsicheren ihr eigenes Verhalten insgesamt als selbstunsicherer wahr. Die einzelnen Subskalen zeigen, daß Selbstunsichere ihr Verhalten stärker in Richtung paralinguistischer Unbeholfenheit, nonverbaler Abwehr und Steifheit sowie verbaler Zurückgezogenheit einschätzen.

Diese unterschiedliche Selbstwahrnehmung der Selbstsicheren und Selbstunsicheren spiegelt zum Teil sicher reale Verhaltensunterschiede in sozialen Situationen wider und sagt daher noch nichts über Wahrnehmungsverzerrungen aus.

Für Verhaltensunterschiede sprechen auch die Ergebnisse des Fremdwahrnehmungs-Inventars (FW), das die Wahrnehmung des Verhaltens durch nahestehende Bezugspersonen erfaßt.

Auch hier zeigen sich auf allen entsprechenden Skalen hochsignifikante Unterschiede zwischen beiden Gruppen.

Tab. 7: Vergleich der Fremdwahrnehmung (FW-Werte) zwischen Selbstunsicheren und Selbstsicheren

FW-Skalen	Unsichere		t-Test	Signifikanz
	$\bar{x}$ (s)	$\bar{x}$ (s)		
G Selbstunsicheres Verhalten	141,87 (23,00)	105,97 (21,46)	t= 6,50	0,001
1 Paralinguistische Unbeholfenheit	41,70 (10,66)	29,43 (8,48)	t= 5,17	0,001
2 Nonverbale Abwehr	38,53 (7,91)	30,14 (8,89)	t= 3,99	0,001
3 Nonverbale Steifheit	30,43 (7,79)	22,40 (5,56)	t* 4,71	0,001
4 Verbale Zurückgezogenheit	31,63 (6,49)	24,20 (6,78)	t= 4,50	0,001

*= t-Test für ungleiche Varianzen

Die Werte machen deutlich, daß selbstunsichere Personen von nahestehenden Bezugspersonen in ihrem Verhalten insgesamt als unsicherer eingeschätzt werden.

In den Teilbereichen werden sie als paralinguistisch unbeholfener, stärker nonverbal abwehrend und steif sowie stärker verbal zurückgezogen wahrgenommen als sozial kompetente Personen.

Dies spricht dafür, daß in realen sozialen Situationen Verhaltensunterschiede zwischen Selbstunsicheren und Selbstsicheren auftreten, was mit unserer Auffassung übereinstimmt, daß dort die Selbstunsicheren durch kognitive Prozesse an der Ausführung des Verhaltens gehindert werden.

Diese Einschätzungen durch außenstehende Beobachter können unserer Auffassung nach gewissermaßen ein "objektives" Maß dafür darstellen, wie sich Selbstsichere und Selbstunsichere tatsächlich verhalten. Das Ausmaß, in dem die Selbstwahrnehmungsprozesse gestört bzw. negativ verzerrt sind, läßt sich nun daran festmachen, wie weit die Selbstwahrnehmung von der Fremdwahrnehmung in negativer Richtung abweicht.

Hierzu wurden pro Pb. einfache Differenzwerte zwischen den SeW-Werten und den FW-Werten gebildet, wobei die FW-Werte von den SeW-Werten subtrahiert wurden. Zur Vermeidung negativer Differenzwerte wurde jeweils die Konstante "100" addiert. Demnach zeigen Werte über 100 eine negativ verzerrte Selbstwahrnehmung an, während ein Wert von 100 einer direkten Übereinstimmung von Selbst- und Fremdwahrnehmung entspricht.

Der Vergleich der Differenzwerte SeW-FW zwischen beiden Gruppen zeigt, daß selbstunsichere Personen entsprechend unserer Annahme deutlich größere negative Abweichungen der Selbstwahrnehmung von der Fremdwahrnehmung aufweisen als Selbstsichere.

Tab. 8: Vergleich der Differenzwerte SeW-FW (Selbst-minus Fremdwahrnehmung) zwischen Selbstunsicheren und Selbstsicheren

SeW-FW Skalen	Unsichere $\bar{x}$ (s)	Sichere $\bar{x}$ (s)	t-Test	Signifikanz p =
6 Selbstunsicheres Verhalten	130,77 (30,82)	97,31 (25,67)	t= 4,78	0,001
1 Paralinguistische Unbeholfenheit	114,43 (12,92)	101,29 (10,13)	t= 4,59	0,001
2 Nonverbale Abwehr	108,93 (12,81)	96,17 (10,50)	t= 4,41	0,001
3 Nonverbale Steifheit	100,10 (9,82)	96,71 (7,57)	t= 1,57	n.s.
4 Verbale Zurückgezogenheit	105,40 (8,43)	101,89 (7,78)	t= 1,75	0,05

Auf vier der fünf Skalen ergeben sich signifikante bzw. hochsignifikante Unterschiede zwischen den Gruppen. Lediglich auf Subskala 3 "Nonverbale Steifheit" zeigen sich keine Unterschiede.

Die Selbstsicheren zeigen auf einigen Skalen sogar Differenzwerte unter 100, was dafür spricht, daß hier die Selbstwahrnehmung in positiver Richtung von der Fremdwahrnehmung abweicht.

Um hier ein genaueres Bild zu erhalten, wurde daher eine Analyse der Selbst- und Fremdwahrnehmung innerhalb jeder einzelnen Gruppe durchgeführt.

Hierbei wird deutlich, daß die Selbstwahrnehmung der selbstunsicheren Personen entsprechend unserer Hypothese deutlich von der Fremdwahrnehmung in Richtung größerer Selbstunsicherheit abweicht. Auf der Gesamtskala und drei Subskalen zeigen sich zum Teil hochsignifikante Unterschiede.

Tab. 9: Vergleich zwischen Fremdwahrnehmung (FW-Werte) und Selbstwahrnehmung (SeW-Werte) bei den Selbstunsicheren

Skalen	Fremdwahrnehmung $\bar{x}$ (s)	Selbstwahrnehmung $\bar{x}$ (s)	t-Test	Signifikanz p =
G Selbstunsicheres Verhalten	141,87 (23,00)	173,80 (29,89)	t= 4,76	0,001
1 Paralinguistische Unbeholfenheit	41,70 (10,66)	56,14 (12,18)	t= 5,05	0,001
2 Nonverbale Abwehr	38,53 (7,91)	48,03 (11,10)	t [*] = 4,01	0,001
3 Nonverbale Steifheit	30,43 (7,79)	31,09 (7,43)	t= 0,35	n.s.
4 Verbale Zurückgezogenheit	31,63 (6,49)	37,03 (8,08)	t= 2,93	0,01

* = t-Test für ungleiche Varianzen

Der Vergleich zeigt, daß Selbstunsichere ihr eigenes Verhalten insgesamt negativer bzw. als unsicherer wahrnehmen als "objektive" außenstehende Personen. Differenziert nach Teilbereichen nehmen sich Selbstunsichere als paralinguistisch unbeholfener, stärker nonverbal abwehrend und verbal zurückgezogen wahr als sie von ihren nahestehenden Bezugspersonen eingeschätzt werden. Nur auf der Dimension "Nonverbale Steifheit vs. Ausdrucksreichtum" stimmt die Selbstwahrnehmung mit der Fremdwahrnehmung überein.

Ein ganz anderes Bild zeigt sich dagegen in der Gruppe der Selbstsicheren. Auf der Gesamtskala und drei Subskalen zeigen sich keine Unterschiede zwischen Selbst- und Fremdwahrnehmung, während auf Subskala 3 die Selbstwahrnehmung sogar signifikant in Richtung größerer Selbstsicherheit abweicht.

Tab. 10: Vergleich zwischen Fremdwahrnehmung (FW-Werte) und Selbstwahrnehmung (SeW-Werte) bei den Selbstsicheren (zweiseitige Fragestellung)

Skalen	Fremdwahrnehmung	Selbstwahrnehmung	t-Test	Signifikanz
	$\bar{x}$ (s)	$\bar{x}$ (s)		
G Selbstunsicheres Verhalten	105,97 (21,46)	103,29 (22,88)	t= 0,51	n.s.
1 Paralinguistische Unbeholfenheit	29,43 (8,48)	30,71 (9,64)	t= 0,59	n.s.
2 Nonverbale Abwehr	30,14 (8,89)	26,31 (7,42)	t= 1,96	n.s.
3 Nonverbale Steifheit	22,40 (5,56)	19,11 (5,96)	t= 2,38	0,05
4 Verbale Zurückgezogenheit	24,20 (6,78)	26,09 (6,95)	t= 1,15	n.s.

Der Vergleich zeigt, daß selbstsichere Personen ihr Verhalten weitgehend in gleicher Weise wahrnehmen, wie "objektive" Beobachter. In bezug auf "Nonverbale Steifheit vs. Ausdrucksreichtum" nehmen sie sich selbst sogar positiver bzw. als selbstsicherer wahr.

1.2. Hypothese 2: Standardsetzung

Wir nahmen an, daß selbstunsichere Personen im Verhältnis zur wahrgenommenen Ist-Lage höhere Standards für ihr eigenes Verhalten haben als Selbstsichere.

Wir vermuteten dabei also keine absolut höheren Standards, sondern größere Diskrepanzen zwischen Soll- und Ist-Lage. Betrachten wir zunächst die Werte des Anspruchsniveau-Inventars (AN), die Aussagen über die absolute Höhe der Standards erlauben.¹

¹ Es sei daran erinnert, daß niedrige Werte auf den AN-Skalen in Richtung Selbstsicherheit weisen und somit einem hohen Anspruchsniveau entsprechen.

Entsprechend unserer Annahme zeigt der Vergleich zwischen den Gruppen, daß Selbstunsichere nicht absolut höhere Standards für ihr Verhalten in sozialen Situationen haben. Auf der Gesamtskala und drei Subskalen des AN-Inventars zeigen sich vielmehr signifikante Unterschiede in der Richtung, daß Selbstsichere höhere Ansprüche in Richtung Selbstsicherheit an ihr Verhalten stellen.

Tab. 11: Vergleich der Standards (AN-Werte) zwischen Selbstunsicheren und Selbstsicheren (zweiseitige Fragestellung)

AN-Skalen	Unsichere $\bar{x}$ (s)	Sichere $\bar{x}$ (s)	t-Test	Signifikanz p =
G Selbstunsicheres Verhalten	99,55 (18,17)	88,62 (17,41)	t= 2,51	0,05
1 Paralinguistische Unbeholfenheit	26,09 (6,85)	22,18 (7,12)	t= 2,29	0,05
2 Nonverbale Abwehr	24,67 (6,46)	20,94 (5,82)	t= 2,48	0,05
3 Nonverbale Steifheit	22,73 (3,79)	19,03 (4,75)	t= 3,51	0,001
4 Verbale Zurückgezogenheit	25,52 (4,87)	26,06 (4,66)	t= 0,47	n.s.

Selbstsichere Personen müßten sich danach insgesamt betrachtet selbstsicherer verhalten bzw. in den Teilbereichen paralinguistisch bestimmter, stärker nonverbal zugewandt und ausdrucksreich sein als selbstunsichere Personen, um mit sich zufrieden zu sein.

Lediglich in bezug auf verbale Durchsetzung (Subskala 4) haben beide Gruppen etwa gleich hohe Standards.

Entscheidender als die absolute Höhe der Standards ist jedoch die Diskrepanz zwischen Anspruch und wahrgenommener Ausgangslage.

Als Maß für die wahrgenommene Ist-Lage des eigenen Verhaltens werden die Werte im Selbstwahrnehmungs-Inventar (SeW) angesehen, denn die Selbstwahrnehmung des eigenen Verhaltens stellt u.E. für die handelnde Person selbst den wichtigsten Faktor zur Bestimmung der Ist-Lage dar.

Als Maß für die Diskrepanzen zwischen Standard und Ist-Lage wurden pro Pb. einfache Differenzwerte zwischen den SeW-Werten und den AN-Werten gebildet. Zur Vermeidung negativer Zahlen wurde jeweils die Konstante "100" addiert. Danach zeigen Werte über 100 an, daß das Anspruchsniveau höher als die Selbstwahrnehmung liegt, während ein Wert von 100 eine genaue Übereinstimmung von Standard und Selbstwahrnehmung anzeigt.

Der Vergleich der Differenzwerte SeW-AN zwischen beiden Gruppen zeigt, daß selbstunsichere Personen entsprechend unserer Hypothese deutlich größere Diskrepanzen aufweisen als Selbstsichere. Auf der Gesamtskala und allen vier Subskalen zeigen sich hochsignifikante Unterschiede.

Tab. 12: Vergleich der Differenzwerte SeW-AN (Selbstwahrnehmung minus Anspruch) zwischen Selbstunsicheren und Selbstsicheren

SeW-AN Skalen	Unsichere		Sichere		t-Test	Signifikanz p =
	$\bar{x}$	(s)	$\bar{x}$	(s)		
G Selbstunsicheres Verhalten	175,85 (36,35)		115,47 (18,74)		t* 8,51	0,001
1 Paralinguistische Unbeholfenheit	130,30 (15,57)		108,91 (8,51)		t* 6,95	0,001
2 Nonverbale Abwehr	124,12 (13,15)		105,41 (4,72)		t* 7,71	0,001
3 Nonverbale Steifheit	108,79 (7,09)		100,24 (3,81)		t* 6,12	0,001
4 Verbale Zurückgezogenheit	111,73 (9,90)		100,26 (7,60)		t= 5,33	0,001

* = t-Test für ungleiche Varianzen

Selbstunsichere erleben demnach im Vergleich zu Selbstsicheren deutlich stärkere Diskrepanzen zwischen ihrem Verhalten, so wie sie es selbst wahrnehmen, und einem Verhalten, mit dem sie zufrieden sein könnten.

Die Werte der Selbstsicheren liegen zum Teil in der Nähe von "100", was darauf hindeutet, daß hier Ansprüche und Selbstwahrnehmung ungefähr übereinstimmen. Ein genaueres Bild kann hier die Analyse von Selbstwahrnehmung und Anspruchsniveau innerhalb der einzelnen Gruppen erbringen.

Der Vergleich zwischen den SeW- und den AN-Werten innerhalb der Gruppe der Selbstunsicheren zeigt, daß die Standards von Selbstunsicheren deutlich höher in Richtung Selbstsicherheit liegen als die Selbstwahrnehmung bzw. Ist-Lage. Auf allen fünf Skalen ergeben sich hochsignifikante Unterschiede.

Tab. 13: Vergleich zwischen Selbstwahrnehmung (SeW-Werte) und Standards (AN-Werte) bei den Selbstunsicheren (t-Test für korrelierende Stichproben)

Skalen	Selbstwahr- nehmung	Standard	t-Test	Signifikanz
	$\bar{x}$ (s)	$\bar{x}$ (s)		p =
G Selbstunsicheres Verhalten	175,39 (29,32)	99,55 (18,17)	t= 11,99	0,001
1 Paralinguistische Unbeholfenheit	56,39 (12,51)	26,09 (6,85)	t= 11,18	0,001
2 Nonverbale Abwehr	48,79 (10,77)	24,67 (6,46)	t= 10,54	0,001
3 Nonverbale Steifheit	31,52 (7,09)	22,73 (3,79)	t= 7,12	0,001
4 Verbale Zurückgezogenheit	37,24 (8,00)	25,52 (4,87)	t= 6,80	0,001

Selbstunsichere Personen müßten sich danach, im Verhältnis zu ihrer selbst wahrgenommenen Ist-Lage, insgesamt selbstsicherer verhalten bzw. differenziert nach den Teildimensionen paralinguistisch bestimmter sein, stärkere nonverbale Zuwendung und nonverbalen Ausdrucksreichtum zeigen sowie größere verbale Durchsetzung aufweisen, um mit ihrem Verhalten zufrieden sein zu können.

Innerhalb der Gruppe der Selbstsicheren liegen die Standards zum Teil auch höher in Richtung Selbstsicherheit als die Selbstwahrnehmung bzw. Ist-Lage. So ergeben sich auf der Gesamtskala und zwei Subskalen signifikante Unterschiede, jedoch liegen auf zwei Subskalen keine Differenzen vor.

Tab. 14: Vergleich zwischen Selbstwahrnehmung (SeW-Werte) und Standards (AN-Werte) bei den Selbstsicheren (t-Test für korrelierende Stichproben)

Skalen	Selbstwahr- nehmung $\bar{x}$ (s)	Standard $\bar{x}$ (s)	t-Test	Signifikan- z p =
G Selbstunsicheres Verhalten	104,09 (22,72)	88,62 (17,41)	t= 4,81	0,001
1 Paralinguistische Unbeholfenheit	31,09 (9,52)	22,18 (7,12)	t= 6,11	0,001
2 Nonverbale Abwehr	26,35 (7,53)	20,94 (5,82)	t= 6,68	0,001
3 Nonverbale Steifheit	19,26 (5,98)	19,03 (4,75)	t= 0,36	n.s.
4 Verbale Zurückgezogenheit	26,32 (6,91)	26,06 (4,66)	t= 0,20	n.s.

Selbstsichere Personen müßten sich demnach insgesamt betrachtet zwar auch selbstsicherer verhalten, um mit ihrem Verhalten zufrieden sein zu können.

Differenziert nach Teildimensionen zeigt sich jedoch, daß sie nur in bezug auf paralinguistische Bestimmtheit und nonverbale Zuwendung höhere Ansprüche an ihr Verhalten stellen, während sie in bezug auf nonverbalen Ausdrucksreichtum und verbale Durchsetzung anscheinend mit ihrem gegenwärtigen Verhalten, so wie sie es selbst wahrnehmen, zufrieden sind. Das bedeutet, daß die selbstsicheren Personen nur in Teilbereichen höhere Ansprüche an ihr Verhalten stellen.

Diese Ergebnisse unterstützen somit die obigen Befunde, daß die Diskrepanzen zwischen Standard und Ist-Lage bei Selbstunsicheren deutlicher ausgeprägt sind als bei Selbstsicheren.

Während der Mittelwertsvergleich dafür spricht, daß die selbstsicheren Personen nur teilweise höhere Ansprüche an ihr Verhalten stellen und ansonsten mit ihrem Verhalten zufrieden sind, ergibt sich bei Betrachtung der Rohwerte der einzelnen Probanden ein interessantes Bild. Und zwar zeigt sich, daß bei einem Teil der selbstsicheren Personen die Standards sogar niedriger liegen als die Selbstwahrnehmung, d.h. sie müßten sich im Sinne der Merkmalsdimensionen eher unsicherer verhalten, um mit sich zufrieden zu sein. Bei den selbstunsicheren Personen tritt dieses Bild dagegen kaum auf.

Tab. 15: Anzahl der Probanden, bei denen die Standards niedriger liegen als die Selbstwahrnehmung

Skala	Selbstunsichere	Selbstsichere
G Selbstunsicheres Verhalten	N = 0	N = 7
1 Paralinguistische Unbeholfenheit	N = 0	N = 2
2 Nonverbale Abwehr	N = 1	N = 2
3 Nonverbale Steifheit	N = 2	N = 12
4 Verbale Zurückgezogenheit	N = 3	N = 18

Obwohl diese Differenzen zwischen Selbstwahrnehmung und niedrigerem Standard zumeist nur gering sind, lassen sich die Daten vorsichtig dahingehend interpretieren, daß für einen Teil der selbstsicheren Personen anscheinend eine Realisierung der maximalen selbstsicheren Merkmalsausprägungen nicht erstrebenswert ist, sondern sie sich sogar etwas gemäßigter, d.h. in Richtung Selbstunsicherheit verhalten müßten, um mit sich selbst zufrieden sein zu können. Dies trifft insbesondere auf die Teildimensionen "Nonverbale Steifheit vs. Ausdrucksreichtum" und "Verbale Zurückgezogenheit vs. Durchsetzung" zu. Das bedeutet, daß sehr starker nonverbaler Ausdrucksreichtum und verbale Durchsetzung anscheinend kein Ziel für selbstsichere Personen ist.

1.3. Hypothese 3: Mittel-Ziel-Denken

Wir nahmen an, daß selbstunsichere Personen Defizite der kognitiven Prozesse des Mittel-Ziel-Denkens aufweisen. Zur Überprüfung dieser Hypothese werden die Ergebnisse des MEFS-Verfahrens herangezogen. Der Vergleich der beiden Gruppen hinsichtlich der relevanten Auswertungskategorien zeigt jedoch, daß Selbstunsichere entgegen unserer Annahme keine geringeren Problemlösefertigkeiten besitzen. Die einzelnen Werte sprechen sogar für leicht bessere Prozesse des Mittel-Ziel-Denkens bei den Selbstunsicheren, ergeben jedoch bei zweiseitiger Prüfung keine signifikanten Unterschiede.

Tab. 16: Vergleich der MEPS-Werte zwischen Selbstunsicheren und Selbstsicheren (zweiseitige Fragestellung)

MEPS-Kategorien	Unsichere $\bar{x}$ (s)	Sichere $\bar{x}$ (s)	t-Test U-Test	Signifikanz p =
RM Relevante Mittel	8,79 (4,44)	7,61 (4,05)	t= 1,13	n.s.
IM + NM Irrelevante + keine Mittel	1,12 (1,11)	1,45 (1,09)	z= 1,39	n.s.
RR Relevanz- Quotient	0,83 (0,24)	0,76 (0,28)	z= 1,11	n.s.

Entgegen unserer Hypothese zeigen Selbstunsichere weder eine geringere Anzahl relevanter Mittel (RM), weder eine größere Zahl von irrelevanten Lösungsschritten (IM+NM) noch einen geringeren Relevanzquotienten (RR).

Wir prüften, ob dieses unerwartete Ergebnis evtl. durch die Art der Auswertung bedingt ist.

Wie in Kap. IV.5.4.2. beschrieben, wurden die einzelnen Geschichten von jeweils zwei Auswertern bearbeitet. Die für den Gruppenvergleich herangezogenen Werte entstanden dadurch, daß beide Auswerter sich auf ein endgültiges Resultat verständigten. Bei der Analyse der Auswertungs-Objektivität wurde bereits deutlich, daß ein Auswerter wesentlich strengere Maßstäbe angelegt hatte als der andere. Wir wollten daher prüfen, wieweit bei der Endauswertung die Differenzen zwischen beiden Auswertern verwischt wurden und dadurch evtl. das Ergebnis fehlender Gruppenunterschiede zustande gekommen ist.

Der Gruppenvergleich wurde daher für die beiden ursprünglichen Auswertungen getrennt durchgeführt. Für die Auswertung Nr. 1 zeigt der Vergleich, daß Selbstunsichere und Selbstsichere sich hinsichtlich der Prozesse des Mittel-Ziel-Denkens nicht unterscheiden. In allen drei Auswertungskategorien ergeben sich keine signifikanten Unterschiede.

Bei der Auswertung Nr. 2 ergeben sich auf zwei Kategorien (IM+NM und RR) signifikante Unterschiede ($p = 0,05$), jedoch entgegengesetzt zu unserer Hypothese. Die Ergebnisse dieser Auswertung, bei der offensichtlich strengere Maßstäbe angelegt wurden, sprechen eher für bessere Problemlösefertigkeiten der Selbstunsicheren.

Die getrennte Betrachtung der ursprünglichen Auswertungen kann unsere Hypothese demnach auch nicht stützen, sondern spricht sogar eher für ein entgegengesetztes Bild.

Ein Faktor, der bei der Auswertung des MEPS allerdings nicht berücksichtigt wird, ist die Geschichtenlänge. Es ist aber anzunehmen, daß mit der Länge des Textes, den eine Person zu einer Problemsituation formuliert, auch die Anzahl der genannten relevanten Lösungsschritte steigt. Wir prüften daher, ob unsere o.g. unerwarteten Ergebnisse eventuell dadurch bedingt sind, daß die selbstunsicheren Personen wesentlich längere Geschichten geschrieben haben. Dies würde bedeuten, daß die Textlänge als Korrekturfaktor einbezogen werden müßte.

Als Maß für die Geschichtenlänge legten wir die Anzahl der Wörter fest, die eine Person insgesamt geschrieben hat.

Der Vergleich der Gruppen macht deutlich, daß keine signifikanten Unterschiede hinsichtlich der Anzahl der Wörter auftreten. Die absoluten Werte legen sogar nahe, daß die selbstunsicheren Personen etwas kürzere Geschichten geschrieben haben.

Die obigen Ergebnisse lassen sich daher nicht auf unterschiedliche Geschichtenlängen zurückführen.

Tab. 17: Vergleich der MEPS-Geschichtenlängen zwischen Selbstunsicheren und Selbstsicheren (zweiseitige Fragestellung)

	Unsichere $\bar{x}$ (s)	Sichere $\bar{x}$ (s)	t-Test	Signifikanz p =
Anzahl der Wörter	271,12 (124,45)	290,76 (218,73)	t* = 0,45	n.s.

* = t-Test für ungleiche Varianz

1.4. Hypothese 4: Konsequenz-Erwartungen

Wir nahmen an, daß selbstunsichere Personen "negativere" Konsequenz-Erwartungen bei selbstsicherem Verhalten haben als Selbstsichere, d.h. daß sie auf die Äußerung selbstsicheren Verhaltens negative Reaktionen des Interaktionspartners für wahrscheinlicher halten. Zur Überprüfung dieser Hypothese können die Ergebnisse des "Fragebogens zur Erfassung von Konsequenz-Erwartungen" (FKE) herangezogen werden.

Wie bereits erwähnt, erfaßt der FKE allerdings die Erwartungen nur auf der Dimension "positiv vs. negativ", was als Kombination aus Bewertung und subjektiver Wahrscheinlichkeit der Konsequenzen aufgefaßt werden kann.

Der Vergleich beider Gruppen macht deutlich, daß Selbstunsichere bei gleichen vorgestellten selbstsicheren Verhaltensweisen signifikant "negativere" Konsequenz-Erwartungen haben als selbstsichere Personen.

Tab. 18: Vergleich der Konsequenz-Erwartungen (FKE-Werte) zwischen Selbstunsicheren und Selbstsicheren

FKE-Skala	Unsichere $\bar{x}$ (s)	Sichere $\bar{x}$ (s)	t-Test	Signifikanz p =
G "Positive" Konsequenz-Erwartungen	61,57 (10,61)	70,46 (10,55)	t = 3,51	0,001

Das Ergebnis macht deutlich, daß selbstunsichere Personen entsprechend unserer Hypothese auf die Ausführung selbstsicherer Verhaltensweisen negativere Reaktionen des Interaktionspartners erwarten als Selbstsichere.

Offen bleibt, ob Selbstunsichere diesen negativeren Erwartungen bei allen Formen sozial kompetenten Verhaltens haben. Wir vermuten, daß die Erwartungen u.a. abhängig von der Situation, von der Art der selbstsicheren Reaktion, vom Bekanntheitsgrad des Interaktionspartners u.ä. sind. Man könnte sich vorstellen, daß beispielsweise bei eher positiven kompetenten Reaktionen, wie die Äußerung eigener Gefühle, die Erwartungsunterschiede weniger groß sind als bei Verhaltensweisen, die sich auf die Durchsetzung eigener Forderungen oder Rechte beziehen.

Diese möglichen differentiellen Zusammenhänge werden im FKE-Fragebogen nicht unterschieden. Die Faktorenanalyse des FKE-Fragebogens zeigte aber, daß die Items nicht homogen sind, sondern unterschiedliche Aspekte selbstsicheren Verhaltens enthalten.

Wir haben daher zusätzlich einen Gruppenvergleich für jedes einzelne Item durchgeführt. Obwohl die Aussagekraft einer Analyse auf Itemebene nur gering ist und auch keine inhaltliche Klassifizierung der Situationen und Verhaltensweisen vorliegt, können hier doch vorläufige Hinweise auf differentielle Erwartungen geliefert werden.

Bei einer Reihe von Items zeigen selbstsichere und selbstunsichere Personen keine unterschiedlichen Erwartungen (Item 4, 17, 18, 19, 20, 21). Inhaltlich werden hier häufig Verhaltensweisen geschildert, die sich auf sogenannte Selbst-Ausdrucks-Fertigkeiten (RINN & MARKLE, 1979) beziehen. Betont wird dabei das Ausdrücken von Gefühlen wie Traurigkeit, Ärger oder Kränkung.

Unter den Items, bei denen sich signifikant (mindestens $p = 0,05$) unterschiedliche Erwartungen zeigen (Item 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 11, 12, 14, 15), befinden sich vermehrt assertive Verhaltensweisen wie das Ablehnen von Ansprüchen oder Forderungen und das Äußern von Wünschen oder Bitten.

Diese Beobachtungen sprechen dafür, daß die Konsequenz-Erwartungen selbstunsicherer Personen nicht generell negativer sind, sondern vor allem bei den primär assertiven Verhaltensklassen.

1.5. Hypothese 5: Selbstermutigungs-Instruktionen

Wir nahmen an, daß die kognitiven Prozesse der Selbstermutigung bei selbstunsicheren Personen in der Form gestört sind, daß sie seltener selbstermutigende oder bewältigende Selbstverbalisationen und häufiger selbstentmutigende Verbalisationen äußern als Selbstsichere. Zur Überprüfung dieser Hypothese werden die Ergebnisse des IPK-S Fragebogens herangezogen, speziell die Skalen 3 (Selbstermutigung) und 4 (Selbstentmutigung).

Der Vergleich beider Gruppen zeigt, daß Selbstunsichere entsprechend unserer Hypothese einerseits signifikant seltener ermutigende Selbstverbalisationen äußern als selbstsichere Personen, andererseits signifikant häufiger entmutigende Selbstverbalisationen produzieren.

Tab. 19: Vergleich der Selbstermutigungs-Instruktionen (IPK-S Werte) zwischen Selbstunsicheren und Selbstsicheren

IPKS-Skalen	Unsichere $\bar{x}$ (s)	Sichere $\bar{x}$ (s)	t-Test U-Test	Signifikanz p =
3 Selbstermutigung	1,46 (0,46)	1,87 (0,39)	z = 3,71	0,001
4 Selbstentmutigung	1,66 (0,62)	0,84 (0,36)	t* = 6,72	0,001

* = t-Test für ungleiche Varianz

Um ein differenzierteres Bild zu erhalten, wurden die IPKS-Werte innerhalb der einzelnen Gruppen miteinander verglichen. Dabei zeigt sich, daß bei selbstsicheren Personen die ermutigenden Selbstverbalisationen signifikant häufiger auftreten als entmutigende Verbalisationen (z = 5,01; p = 0,001; 2-seitige Fragest.)

Der absolute Wert der Skala zeigt zudem an, daß selbstentmutigende Verbalisationen relativ selten geäußert werden.

In der Gruppe der selbstunsicheren Personen ergeben sich dagegen keine signifikanten Unterschiede, d.h. sie äußern demnach etwa gleich häufig ermutigende und entmutigende Selbstverbalisationen.

1.6. Hypothese 6: Attribuierungen

Wir nahmen an, daß selbstunsichere Personen andere generalisierte Attribuierungstendenzen zeigen als Selbstsichere. Wir vermuteten, daß Selbstunsichere negative Ereignisse stärker internal und positive Ereignisse stärker external attribuieren, während Selbstsichere ein umgekehrtes Attribuierungsmuster zeigen. Zur Überprüfung dieser Hypothese werden die Ergebnisse des "Fragebogens zur externalen und internalen Kontrolle" (FEIK) herangezogen.

Der Vergleich beider Gruppen zeigt, daß selbstunsichere Personen entsprechend unserer Annahme positive Ereignisse bzw. Erfolg stärker external attribuieren als Selbstsichere. Hinsichtlich der Attribuierung negativer Ereignisse bzw. Mißerfolg zeigen sich entgegen unserer Erwartung keine Gruppenunterschiede.

Tab. 20: Vergleich der Attribuierungstendenzen (FEIK-Werte) zwischen Selbstunsicheren und Selbstsicheren

FEIK-Skalen	Unsichere $\bar{x}$ (s)	Sichere $\bar{x}$ (s)	t-Test	Signifikanz p =
I ⁺ Internalität bei Erfolg	28,90 (6,01)	31,94 (5,78)	t= 2,03	0,05
I ⁻ Internalität bei Mißerfolg	35,43 (5,79)	36,88 (5,89)	t= 0,97	n.s.

Die Frage nach unterschiedlichen Attribuierungsmustern für positive und negative Ereignisse in den Gruppen kann durch den Vergleich der I⁺ und I⁻ Werte innerhalb der einzelnen Gruppen beantwortet werden. Dabei zeigt sich, daß sowohl Selbstunsichere als auch Selbstsichere negative Ereignisse stärker internal attribuieren als positive Ereignisse: (Unsichere: t= 5,16, p = 0,001; Sichere: t= 3,24, p = 0,01; 2-seitige Fragest.).

Legt man die Skalenmitten von 33 zugrunde, so ergibt sich, daß beide Gruppen negative Ereignisse eher internal und positive Ereignisse eher external attribuieren. Dabei ist allerdings zu beachten, daß wegen der Vermeidung von Antworttendenzen die Skalen I⁺ und I⁻ nur das Überwiegen einer Attribuierungsrichtung im Verhältnis zur jeweiligen alternativen Attribuierungsmöglichkeit angeben. Es läßt sich jedoch nicht ablesen, wie groß der Bereich ist, in dem beide Attribuierungstendenzen etwa gleich stark sind bzw. wo die Grenze liegt, ab der eine Attribuierungsrichtung signifikant überwiegt.

Um hier ein differenzierteres Bild zu erhalten, wurden daher auch die Werte beider Gruppen in den Einzelskalen für jede Attribuierungsrichtung, die das absolute Ausmaß anzeigen, miteinander verglichen.

Tab. 21: Vergleich zwischen den FEIK-Einzelskalen innerhalb der Selbstunsicheren- und der Selbstsicheren-Gruppe (t-Test für korrelierende Stichproben; zweiseitige Fragestellung).

Selbstunsichere

Internale Attribuierung positiver Ereignisse	Externale Attribuierung positiver Ereignisse	Signifikanz
$\bar{x}$ (s)	$\bar{x}$ (s)	t-Test p =
28,03 (4,40)	32,07 (5,48)	t= 3,72 0,001

Internale Attribuierung negativer Ereignisse	Externale Attribuierung negativer Ereignisse	Signifikanz
$\bar{x}$ (s)	$\bar{x}$ (s)	t-Test p =
30,37 (4,45)	27,93 (4,35)	t= 2,30 0,05

Selbstsichere

Internale Attribuierung positiver Ereignisse	Externale Attribuierung positiver Ereignisse	Signifikanz
$\bar{x}$ (s)	$\bar{x}$ (s)	t-Test p =
30,00 (4,08)	31,06 (4,50)	t= 1,04 n.s.

Internale Attribuierung negativer Ereignisse	Externale Attribuierung negativer Ereignisse	Signifikanz
$\bar{x}$ (s)	$\bar{x}$ (s)	t-Test p =
29,72 (4,41)	25,84 (3,90)	t= 3,73 0,001

Aus der Tabelle wird deutlich, daß die Selbstunsicheren das erwartete Muster zeigen, positive Ereignisse stärker external und negative Ereignisse stärker internal zu attribuieren.

Die Selbstsicheren zeigen allerdings auch ein deutliches Überwiegen internaler Attribuierungstendenzen für negative Ereignisse, bei positiven Ereignissen sind jedoch beide Attribuierungsrichtungen etwa gleich stark. Das bedeutet, daß Selbstsichere positive Ereignisse in gleichem Ausmaß auf internale und externale Ursachen zurückführen, ohne daß eine Richtung signifikant überwiegt.

1.7. Hypothese 7: Selbstverstärkung

Wir vermuteten, daß die kognitiven Prozesse der Selbstverstärkung oder allgemeiner der Selbstverabreichung von Konsequenzen bei selbstunsicheren Personen in der Form gestört sind, daß sie seltener selbstverstärkende und häufiger selbstbestrafende Selbstverbalisationen äußern als Selbstsichere. Zur Überprüfung dieser Hypothese werden die Ergebnisse des IPK-S Fragebogens, speziell die Skalen 1 (Selbstzufriedenheit) und 2 (Selbstunzufriedenheit) herangezogen.

Der Vergleich beider Gruppen macht deutlich, daß selbstunsichere Personen entsprechend unserer Hypothese signifikant seltener verstärkende Selbstverbalisationen äußern als Selbstsichere und umgekehrt signifikant häufiger bestrafende Selbstverbalisationen produzieren.

Tab. 22: Vergleich der Selbstverstärkung (IPK-S Werte)
zwischen Selbstunsicheren und Selbstsicheren

IPKS-Skalen	Unsichere		Sichere		t-Test U-Test	Signifikanz p =
	$\bar{x}$	(s)	$\bar{x}$	(s)		
1 Selbstzufrieden- heit	1,16	(0,45)	1,71	(0,45)	z = 4,70	0,001
2 Selbstunzufrieden- heit	1,62	(0,59)	0,92	(0,44)	t* = 5,56	0,001

* = t-Test für ungleiche Varianzen

Für eine differenziertere Analyse der Ergebnisse wurden die Werte innerhalb der einzelnen Gruppen miteinander verglichen. Dabei zeigt sich, daß bei den Selbstun-
sicheren selbstbestrafende Verbalisationen signifikant häufiger vorkommen als selbstverstärkende (z = 3,26; p = 0,001; 2-seitige Fragest.). Selbstsichere Personen äußern dagegen signifikant häufiger verstärkende Selbstgespräche als selbstbestrafende (t = 8,06; p = 0,001; 2-seitige Fragest.).

2. Überprüfung der zusätzlichen Fragestellungen

In den vorangegangenen Abschnitten wurden bei der Prüfung der Hypothesen generelle Beziehungen zwischen dem Grad der Selbstunsicherheit und der Ausprägung bestimmter kognitiver Prozesse untersucht.

Zusätzlich hatten wir jedoch einige eher explorative Fragestellungen formuliert, die darauf abzielen, ob die Zusammenhänge zwischen Selbstunsicherheit und den kognitiven Prozessen durch weitere Variablen beeinflußt werden und ob sie in verschiedenen Teilbereichen sozialer Inkompetenz unterschiedlich sind. Im folgenden wollen wir versuchen, diese Fragestellungen näher zu beantworten.

2.1. Einfluß der Variablen Geschlecht, Alter und Schulbildung

Zur Überprüfung der explorativen Frage, ob die Variablen Geschlecht, Alter und Schulbildung einen Einfluß haben, werden sie als zusätzliche Bedingungsfaktoren in den Extremgruppenvergleich mit einbezogen. Das bedeutet, daß jeweils zweifaktorielle Varianzanalysen mit den Bedingungsfaktoren "Selbstunsicherheit" und Geschlecht bzw. Alter bzw. Schulbildung berechnet werden.

Geprüft werden soll, ob diese Variablen einen Einfluß auf die Ausprägung der kognitiven Prozesse haben, d.h. ob signifikante Haupteffekte auftreten, und ob Wechselwirkungen mit der Variable "Selbstunsicherheit" bestehen, d.h. ob die Unterschiede zwischen Selbstunsicheren und Selbstsicheren bei beiden Geschlechtern, bei unterschiedlichen Altersgruppen und bei verschiedenen Schulbildungsgruppen nicht gleichförmig auftreten.

Die signifikanten Haupteffekte der Variable "Selbstunsicherheit" werden hier nicht erwähnt, da sie identisch mit den Ergebnissen des Extremgruppenvergleichs sind.

Die Probanden konnten nicht ganz gleichmäßig auf die einzelnen Zellen verteilt werden. Hierbei traten teilweise relativ geringe Stichprobengrößen auf, wodurch die Repräsentativität u.E. zum Teil beeinträchtigt wird. Außerdem konnten die Bedingungsfaktoren Alter und Geschlecht nur in jeweils zwei Stufen unterteilt werden, wodurch die Aussagekraft u.E. begrenzt ist. Aufgrund dieser Einschränkungen sollen die Ergebnisse nur als Hinweise auf mögliche Bedingungseinflüsse verstanden werden, die evtl. noch genauer überprüft werden müßten. Daher wurde auch auf spezielle Einzelvergleiche a posteriori zwischen einzelnen Stichproben verzichtet.

Geschlecht

Zur Überprüfung der Frage, ob die Variable Geschlecht einen Einfluß auf die Ausprägung der untersuchten kognitiven Prozesse hat oder ob Wechselwirkungen mit dem Merkmal "Selbstunsicherheit" bestehen, wurden für die einzelnen Maße der kognitiven Prozesse jeweils zweifaktorielle Varianzanalysen mit den zwei Extremgruppen (Selbstunsichere/Selbstsichere) und zwei

Geschlechtern (männlich/weiblich) als Bedingungs-
faktoren berechnet.

Die Aufteilung der Probanden auf die einzelnen
Faktorstufenkombinationen ergab folgende Häufigkeits-
verteilung:

	Selbstunsichere	Selbstsichere
männlich	N = 9	N = 9
weiblich	N = 26	N = 26

Ein signifikanter Haupteffekt des Faktors Geschlecht
läßt sich nur für die Variable AN-2 "Nonverbale Abwehr"
sichern ($F_{(1,63)}=6,01$, $p=0,05$). Danach haben Frauen
höhere absolute Standards für ihr Verhalten in Richtung
nonverbaler Zuwendung als Männer.

Weitere Haupteffekte des Faktors Geschlecht lassen
sich bei keiner anderen Variable sichern. Daraus läßt
sich schließen, daß die anderen kognitiven Prozesse,
läßt man die Unterschiede der Probanden in bezug auf
Selbstunsicherheit außer acht, bei Männern und Frauen
gleich ausgeprägt sind.

Signifikante Wechselwirkungen zwischen dem Faktor
Geschlecht und dem Faktor Selbstunsicherheit zeigen
sich dagegen bei den Variablen SeW-FW G "Selbstunsicheres
Verhalten" ($F_{(1,61)}=4,76$, $p=0,05$) und SeW-FW 2 "Non-
verbale Abwehr" ($F_{(1,61)}=5,22$, $p=0,05$).

Die Differenzwerte SeW-FW wurden als Maß für negativ
verzerrte Selbstwahrnehmung betrachtet. Bei der
Hypothesenüberprüfung wurde festgestellt, daß Selbst-
unsichere deutlich stärkere negative Abweichungen der
Selbstwahrnehmung von der Fremdwahrnehmung aufweisen
als Selbstsichere.

Aufgrund der signifikanten Interaktion muß diese
Aussage für die Variablen SeW-FW G und SeW-FW 2
dahingehend eingeschränkt werden, daß diese Unterschiede
nicht gleichförmig bei Männern und Frauen auftreten.

Eine inhaltliche Interpretation der Wechselwirkungen läßt sich anhand der Mittelwerte der einzelnen Faktorstufenkombinationen durchführen.

Tab. 23: Mittelwerte der Faktorstufenkombinationen für die Variable SeW-FW G "Selbstunsicheres Verhalten" und SeW-FW 2 "Nonverbale Abwehr" (SeW-FW = Differenzwerte zwischen Selbst- und Fremdwahrnehmung)

SeW-FW G Selbstunsicheres Verhalten:

	Selbstunsichere	Selbstsichere
männlich	$\bar{x} = 118,00$	$\bar{x} = 112,11$
weiblich	$\bar{x} = 133,96$	$\bar{x} = 92,19$

SeW-FW 2 Nonverbale Abwehr:

	Selbstunsichere	Selbstsichere
männlich	$\bar{x} = 106,17$	$\bar{x} = 104,89$
weiblich	$\bar{x} = 109,63$	$\bar{x} = 93,15$

Die Zellenmittelwerte legen nahe, daß die Unterschiede zwischen Selbstunsicheren und Selbstsicheren hauptsächlich nur bei Frauen auftreten.

Das bedeutet, daß vor allem selbstunsichere Frauen im Vergleich zu selbstsicheren Frauen stärker negativ verzerrte Selbstwahrnehmung in bezug auf selbstunsicheres Verhalten insgesamt bzw. die Teildimension "nonverbale Abwehr" aufweisen. Bei Männern erscheinen dagegen die Unterschiede zwischen Selbstunsicheren und Selbstsicheren wesentlich geringer.

Eine weitere signifikante Wechselwirkung zwischen Geschlecht und Selbstunsicherheit zeigt sich für die Variable SeW-AN 2 "Nonverbale Abwehr" ($F_{(1,63)}=8,00$, $p=0,01$).

Tab. 24: Mittelwerte der Faktorstufenkombinationen für die Variable SeW-AN 2 Nonverbale Abwehr (SeW-AN = Differenzwerte zwischen Selbstwahrnehmung und Anspruchsniveau).

	Selbstunsichere	Selbstsichere
männlich	$\bar{x} = 116,33$	$\bar{x} = 108,50$
weiblich	$\bar{x} = 127,04$	$\bar{x} = 104,46$

Die Differenzwerte SeW-AN wurden als Maß für die Diskrepanz zwischen Anspruch und wahrgenommener Ist-Lage betrachtet.

Die bei der Hypothesenüberprüfung gemachte Aussage, daß selbstunsichere Personen deutlich größere Diskrepanzen aufweisen als Selbstsichere, muß aufgrund der signifikanten Interaktion für die Variable SeW-AN 2 "Nonverbale Abwehr" dahingehend eingeschränkt werden, daß diese Gruppenunterschiede nicht gleichförmig bei Männern und Frauen sind. Die Zellenmittelwerte zeigen an, daß diese Unterschiede zwischen Selbstunsicheren und Selbstsicheren bei Frauen anscheinend deutlicher ausgeprägt sind als bei Männern.

Alter

Zur Überprüfung des Einflusses der Variable Alter wurden für die Maße der kognitiven Prozesse jeweils zweifaktorielle Varianzanalysen mit den zwei Extremgruppen (Selbstunsichere/Selbstsichere) und zwei Altersgruppen (bis 30 Jahre/über 30 Jahre) als Bedingungsfaktoren berechnet. Die Aufteilung der Probanden auf die einzelnen Faktorstufenkombinationen ergab folgende Häufigkeitsverteilung:

	Selbstunsichere	Selbstsichere
bis 30 Jahre	N = 20	N = 20
über 30 Jahre	N = 15	N = 15

Ein signifikanter Haupteffekt des Faktors Alter zeigt sich bei der Variable FEIK I⁻ "Internalität bei Miß-erfolg" ($F_{(1,58)}=5,61$, $p=0,05$).

Danach zeigen jüngere Personen stärkere internale Attribuierungstendenzen bei negativen Ereignissen als ältere Personen.

Ein weiterer signifikanter Haupteffekt des Faktors Alter zeigt sich bei der Variable AN-3 "Nonverbale Steifheit" ($F_{(1,63)}=6,78$, $p=0,05$).

Danach haben jüngere Personen für ihr Verhalten höhere absolute Standards in Richtung nonverbalen Ausdrucks-reichtums als ältere Personen.

Zusätzlich zeigt sich hier eine signifikante Wechsel-wirkung zwischen Alter und Selbstunsicherheit

($F_{(1,63)}=4,45$, $p=0,05$), die inhaltlich anhand der Mittelwerte der einzelnen Faktorstufenkombinationen interpretiert werden kann.

Tab. 25: Mittelwerte der Faktorstufenkombinationen für die Variable AN-3 "Nonverbale Steifheit" (AN = Anspruchsniveau).

	Selbstunsichere	Selbstsichere
bis 30 Jahre	$\bar{x} = 22,55$	$\bar{x} = 17,10$
über 30 Jahre	$\bar{x} = 23,00$	$\bar{x} = 21,79$

Bei der Hypothesenüberprüfung hatten wir festgestellt, daß selbstsichere Personen höhere absolute Standards für ihr Verhalten in Richtung nonverbalen Ausdrucks-reichtums haben als Selbstunsichere. Aufgrund der signifikanten Interaktion muß diese Aussage einge-schränkt werden. Die Zellenmittelwerte machen deutlich, daß diese Unterschiede zwischen Selbstunsicheren und Selbstsicheren vor allem bei jüngeren Personen auftreten, während sie bei älteren Personen anscheinend geringer sind.

Weitere signifikante Wechselwirkungen zwischen den Bedingungsfaktoren Alter und Selbstunsicherheit zeigen sich bei den MEPS-Variablen RM "Relevante Mittel" ($F_{(1,62)}=4,75$, $p=0,05$), IM+NM "Irrelevante + keine Mittel" ($F_{(1,62)}=5,48$, $p=0,05$) und RR "Relevanz-Quotient" ($F_{(1,62)}=4,56$, $p=0,05$), die inhaltlich anhand der Mittelwerte der einzelnen Faktorstufenkombinationen interpretiert werden können.

Tab. 26: Mittelwerte der Faktorstufenkombinationen für die MEPS-Variablen RM "Relevante Mittel" IM+NM "Irrelevante + keine Mittel" und RR "Relevanzquotient"

RM Relevante Mittel:

	Selbstunsichere	Selbstsichere
bis 30 Jahre	$\bar{x} = 8,21$	$\bar{x} = 8,85$
über 30 Jahre	$\bar{x} = 9,57$	$\bar{x} = 5,69$

IM+NM Irrelevante + keine Mittel:

	Selbstunsichere	Selbstsichere
bis 30 Jahre	$\bar{x} = 1,21$	$\bar{x} = 1,05$
über 30 Jahre	$\bar{x} = 1,00$	$\bar{x} = 2,08$

RR "Relevanz-Quotient":

	Selbstunsichere	Selbstsichere
bis 30 Jahre	$\bar{x} = 0,80$	$\bar{x} = 0,84$
über 30 Jahre	$\bar{x} = 0,86$	$\bar{x} = 0,64$

Bei der Hypothesenüberprüfung hatten wir anhand der MEPS-Kategorien festgestellt, daß Selbstunsichere und Selbstsichere keine Unterschiede in bezug auf kognitive Prozesse des Mittel-Ziel-Denkens aufweisen.

Die signifikante Interaktion legt nahe, daß diese Aussage differenzierter zu fassen ist. Die einzelnen Zellenmittelwerte machen deutlich, daß bei jüngeren Personen anscheinend kaum Unterschiede zwischen Selbstunsicheren und Selbstsicheren auftreten.

Dagegen zeigen sich bei älteren Personen anscheinend Unterschiede, die - entgegengesetzt zu unserer Hypothese - in die Richtung weisen, daß Selbstsichere eher ungünstigere Prozesse des Mittel-Ziel-Denkens aufweisen als Selbstunsichere.

Schulbildung

Zur Überprüfung des Einflusses der Variable Schulbildung wurden für die Maße der kognitiven Prozesse jeweils zweifaktorielle Varianzanalysen mit den zwei Extremgruppen (Selbstunsichere/Selbstsichere) und zwei Schulbildungs-Gruppen (Hauptschule und mittlere Reife/Abitur) als Bedingungsfaktoren berechnet. Die Aufteilung der Probanden ergab folgende Häufigkeitsverteilung:

	Selbstunsichere	Selbstsichere
Hauptschule + mittlere Reife	N = 18	N = 12
Abitur	N = 17	N = 23

Ein signifikanter Haupteffekt des Faktors Schulbildung läßt sich nur für die Variable FW-1 "Paralinguistische Unbeholfenheit" sichern ($F_{(1,61)}=4,24, p=0,05$).

Danach werden Personen mit Abitur durch nahestehende Bezugspersonen als paralinguistisch bestimmter wahrgenommen als Personen mit Hauptschule oder mittlerer Reife. Weitere Haupteffekte des Faktors Schulbildung lassen sich nicht sichern. Dies legt nahe, daß die Schulbildung keinen Einfluß auf die Ausprägung der kognitiven Prozesse hat.

Ebenso zeigen sich keine signifikanten Wechselwirkungen mit dem Faktor Selbstunsicherheit.

Insgesamt können wir festhalten, daß die Variablen Geschlecht, Alter und Schulbildung anscheinend nur einen begrenzten Einfluß auf die Ausprägung der kognitiven Prozesse haben. Denn nur bei wenigen Variablen lassen sich signifikante Haupteffekte sichern.

Auch signifikante Wechselwirkungen mit dem Bedingungsfaktor "Selbstunsicherheit" treten nur bei wenigen Variablen auf. Daraus läßt sich vorsichtig schlußfolgern, daß die gefundenen Unterschiede zwischen Selbstunsicheren und Selbstsicheren hinsichtlich der untersuchten kognitiven Prozesse weitgehend unabhängig vom Geschlecht, vom Alter und von der Schulbildung der Probanden sind.

2.2. Differentielle Zusammenhänge zwischen verschiedenen Bereichen der Selbstunsicherheit und kognitiven Prozessen

Bei dem Vergleich der Extremgruppen wurde festgestellt, daß Selbstunsichere und Selbstsichere sich hinsichtlich einer Reihe von kognitiven Prozessen unterscheiden. Innerhalb dieser Gruppen sind jedoch Personen zusammengefaßt, die besondere Problemschwerpunkte bzw. besonders große soziale Kompetenz in unterschiedlichen Bereichen haben können. Denn bei der Zuordnung zu den Gruppen wurden ja mehrere Skalen des U-Fragebogens, die sich auf unterschiedliche Selbstunsicherheits-Bereiche beziehen, berücksichtigt.

Wir vermuten jedoch, daß die Zusammenhänge zwischen Selbstunsicherheit/-sicherheit und den kognitiven Prozessen nicht in allen Bereichen, wie z.B. Kontaktfertigkeiten oder assertive Fertigkeiten, gleich stark sind.

Daher soll eine korrelationsstatistische Analyse der Daten unserer Gesamtstichprobe, in der Probanden auf dem gesamten Kontinuum von "sehr selbstsicher" bis "sehr unsicher" vertreten sind, Aufschluß darüber bringen, ob zwischen verschiedenen Aspekten von Selbstunsicherheit/-sicherheit und den kognitiven Prozessen differentielle Zusammenhänge bestehen, d.h. ob sich einzelne Selbstunsicherheits-Bereiche durch bestimmte Kognitions-Muster auszeichnen. Gleichzeitig erwarten wir von der Korrelations-Analyse eine zusätzliche Überprüfung der Ergebnisse des Extremgruppen-Vergleichs.

Als Grundlage für die Unterscheidung verschiedener Selbstunsicherheits-Bereiche werden die vier Hauptskalen des U-Fragebogens herangezogen. Zur Bestimmung unterschiedlicher Zusammenhänge wurden die Variablen der kognitiven Prozesse getrennt mit den einzelnen U-Skalen korreliert (SPEARMAN-Rangkorrelation). Als Ausgangsmaterial wurden die Daten unserer Gesamtstichprobe (N=131) zugrunde gelegt.

Bei der Bewertung und Interpretation der Korrelationen ist jedoch folgendes zu beachten:

Einerseits ist damit zu rechnen, daß bei der Berechnung von mehreren Korrelationen innerhalb einer Stichprobe das Risiko erster Art steigt, d.h. in mehr als der durch das Signifikanzniveau festgelegten Fälle zufällige Abweichungen von Null auftreten (FRÖHLICH & BECKER, 1972).

Andererseits ist zu berücksichtigen, daß in unserer Gesamtstichprobe vermehrt Extremwerte vorhanden sind. Aufgrund dieser Stichprobenselektion können die gefundenen Korrelationen eine Überschätzung der Zusammenhänge in der Grundgesamtheit darstellen (s. BORTZ, 1979).

Aufgrund dieser Einschränkungen wollen wir nur Korrelationen, die mindestens auf dem 1%-Niveau signifikant sind, als gesichert bezeichnen. Korrelationen über .50 werden als hoch bezeichnet.

Die Analyse differentieller Zusammenhänge soll durch den Vergleich der Korrelationen in den einzelnen Selbstunsicherheits-Bereichen erfolgen.

Aus der unterschiedlichen Höhe von Korrelationskoeffizienten können aber nicht direkt gesicherte Unterschiede in der Stärke des Zusammenhangs zwischen den Variablen abgeleitet werden. Es existieren jedoch unseres Wissens für nicht parametrische Korrelationsmaße keine Verfahren, um zu überprüfen, ob sich zwei voneinander abhängige Korrelationen signifikant unterscheiden. Die Prüfung differentieller Zusammenhänge beschränkt sich daher darauf, ob gesicherte Zusammenhänge, d.h. signifikante Korrelationen, zwischen den Variablen der Selbstunsicherheits-Bereiche und einzelnen kognitiven Variablen bestehen oder nicht.

In Anlehnung an ULLRICH DE MUYNCK & ULLRICH (1977) und ULLRICH et al. (1978) sowie durch die Betrachtung der einzelnen Item-Inhalte lassen sich die einzelnen Selbstunsicherheits-Bereiche, die mit den U-Skalen erfaßt werden, folgendermaßen charakterisieren:

Die Skala U-1 "Fehlschlag- und Kritikangst" erfaßt einen Bereich der Selbstunsicherheit, der sich als Angst vor Mißerfolg, Blamage, Fehlern und Kritik beschreiben läßt. Inhaltlich zeigen die Items vorwiegend das Gefühl zu versagen sowie Angst vor Kritik und Beobachtung durch andere Personen an. Die Iteminhalte machen deutlich, daß hier u.a. mangelnde Fertigkeiten erfaßt werden, auf Kritik und Beachtung durch andere angemessen reagieren zu können.

Die Skala U-2 "Kontaktangst" erfaßt einen Selbstunsicherheits-Bereich, der vorwiegend Schwierigkeiten im Äußern von Zuneigung, Schüchternheit und Hemmungen im Kontakt mit anderen Personen sowie Ängste vor Verpflichtung und Abhängigkeit von anderen umfaßt.

Legt man die Taxonomie von RINN & MARKLE (1979) zugrunde (s. Kap. II.2.2), so beziehen sich die Iteminhalte hauptsächlich auf mangelnde Selbst-Ausdrucks-Fertigkeiten, mangelnde Fertigkeiten zur Bestärkung anderer sowie geringe Kommunikationsfertigkeiten.

Die Skala U-3 "Fordern können" erfaßt einen Bereich der Selbstunsicherheit, der sich hauptsächlich auf die Fähigkeit bezieht, Forderungen zu stellen und durchzusetzen sowie Ansprüche und Kritik anderer zurückzuweisen. Bezogen auf die Taxonomie von RINN & MARKLE (1979) werden mit dieser Skala vorwiegend mangelnde assertive Fertigkeiten erfaßt.

Die Skala U-4 "Nicht-nein-sagen-können" erfaßt einen Selbstunsicherheits-Bereich, der sich hauptsächlich auf Nachgiebigkeit und Vermeidung von Auseinandersetzungen bezieht. Inhaltlich werden in den Items ebenfalls vorwiegend mangelnde assertive Fertigkeiten angesprochen.

Im folgenden werden nun die Zusammenhänge zwischen den einzelnen kognitiven Prozessen und dem Merkmal Selbstsicherheit/-unsicherheit in den verschiedenen Inhaltsbereichen dargestellt.

Selbstwahrnehmung

Als Maß für negativ verzerrte Selbstwahrnehmungsprozesse der Probanden wurden die jeweiligen Differenzen zwischen Selbstwahrnehmung (SeW) und Fremdwahrnehmung (FW) betrachtet.

Die Korrelationen dieser Differenzwerte SeW-FW mit den Werten in den einzelnen U-Skalen zeigen, daß in allen Selbstunsicherheits-Bereichen ein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Ausmaß an Selbstunsicherheit und dem Grad negativer Wahrnehmungsverzerrung in bezug auf selbstunsicheres Verhalten insgesamt besteht.

Tab. 27: Korrelationen (r_s) zwischen den Differenzwerten SeW-FW (Selbst- minus Fremdwahrnehmung) und den U-Werten in der Gesamtstichprobe

SeW-FW Skalen	U-1Fehlschlag u.Kritikangst	U-2Kontakt angst	U-3Fordern können	U-4Nicht- nein-sagen- können
G Selbstun- sicheres Verhalten	.44 ^{xxx}	.58 ^{xxx}	-.42 ^{xxx}	.41 ^{xxx}
1 Paralingui- stische Unbe- holfenheit	.44 ^{xxx}	.53 ^{xxx}	-.39 ^{xxx}	.41 ^{xxx}
2 Nonverbale Abwehr	.40 ^{xxx}	.50 ^{xxx}	-.37 ^{xxx}	.37 ^{xxx}
3 Nonverbale Steifheit	.21 ^x	.34 ^{xxx}	-.22 ^{xx}	.17 ^x
4 Verbale Zurück- gezogenheit	.24 ^{xx}	.30 ^{xxx}	-.33 ^{xxx}	.27 ^{xxx}

Signifikanz: x: p = 0,05
 xx: p = 0,01
 xxx: p = 0,001

Differenziert nach den Teildimensionen zeigt sich, daß "Fehlschlag- und Kritikangst" (U-1) gesicherte Korrelationen mit negativ verzerrter Selbstwahrnehmung in bezug auf paralinguistische Unbeholfenheit, nonverbale Abwehr und verbale Zurückgezogenheit aufweist.

¹ Bei dieser und bei allen anderen Korrelations-Tabellen ist zu beachten, daß die Skala 3 des U-Fragebogens umgekehrt gepolt ist, d.h. hohe Werte zeigen soziale Kompetenz an während niedrige Werte Selbstunsicherheit anzeigen. Von daher sind die Korrelationen mit der Skala U-3 in der Regel in umgekehrter Richtung als bei den anderen U-Skalen.

Keine gesicherte Beziehung zeigt sich dagegen zu negativen Wahrnehmungsverzerrungen in bezug auf nonverbale Steifheit.

Der Selbstunsicherheits-Bereich "Kontaktangst" (U-2) weist gesicherte Beziehungen zu negativ verzerrten Selbstwahrnehmungsprozessen in bezug auf alle Teildimensionen auf.

Hohe Korrelationen (über .50) zeigen sich mit Wahrnehmungsverzerrungen in bezug auf paralinguistische Unbeholfenheit und nonverbale Abwehr.

Der U-Faktor "Fordern können" weist ebenfalls gesicherte Korrelationen mit negativen Wahrnehmungsverzerrungen in bezug auf alle Teildimensionen auf.

Der Zusammenhang mit Wahrnehmungsverzerrungen in bezug auf nonverbale Steifheit muß vom numerischen Wert her allerdings als schwach bezeichnet werden.

Selbstunsicherheit im Bereich "Nicht-nein-sagen-können" (U-4) zeigt gesicherte Korrelationen mit negativen Wahrnehmungsverzerrungen in bezug auf drei Teildimensionen auf. Keine gesicherten Zusammenhänge bestehen dagegen zu Wahrnehmungsverzerrungen in bezug auf nonverbale Steifheit.

Insgesamt läßt sich sagen, daß in allen Selbstunsicherheits-Bereichen das Ausmaß der Unsicherheit mit negativ verzerrten Selbstwahrnehmungsprozessen zusammenhängt. Lediglich Wahrnehmungsverzerrungen in bezug auf nonverbale Steifheit zeigen ein etwas abweichendes Bild. Aus der Korrelationsanalyse läßt sich vorsichtig schlußfolgern, daß vor allem Probleme im Bereich "Kontaktangst" mit negativen Wahrnehmungsverzerrungen in bezug auf nonverbale Steifheit einhergehen.

Standardsetzung

Als entscheidendes Kennzeichen überhöhter Standardsetzungen der Probanden wurden die Diskrepanzen zwischen Anspruch und wahrgenommener Ist-Lage betrachtet. Als Maß für diese Diskrepanzen wurden die jeweiligen Differenzen zwischen Selbstwahrnehmung (SeW) und Anspruchsniveau (AN) betrachtet. Die Korrelationen dieser Differenzwerte SeW-AN mit den Werten in den einzelnen U-Skalen machen deutlich, daß in allen Selbstunsicherheits-Bereichen ein enger Zusammenhang zwischen dem Ausmaß dieser Diskrepanzen und dem Grad der Selbstunsicherheit besteht.

Tab. 28: Korrelationen (r_s) zwischen den Differenzwerten SeW-AN (Selbstwahrnehmung minus Anspruch) und den U-Werten in der Gesamtstichprobe

SeW-AN Skalen	U-1Fehlschlag u.Kritikangst	U-2Kontakt angst	U-3Fordern können	U-4Nicht- sagen-können
G Selbstunsicheres Verhalten	.70 ^{xxx}	.61 ^{xxx}	-.53 ^{xxx}	.48 ^{xxx}
1 Paralinguistische Unbeholfenheit	.65 ^{xxx}	.53 ^{xxx}	-.48 ^{xxx}	.43 ^{xxx}
2 Nonverbale Abwehr	.69 ^{xxx}	.60 ^{xxx}	-.54 ^{xxx}	.48 ^{xxx}
3 Nonverbale Steifheit	.48 ^{xxx}	.47 ^{xxx}	-.42 ^{xxx}	.31 ^{xxx}
4 Verbale Zurückgezogenheit	.51 ^{xxx}	.46 ^{xxx}	-.34 ^{xxx}	.34 ^{xxx}

Signifikanz: xxx: $p = 0,001$

Alle Korrelationen sind auf dem 0,1%-Niveau signifikant und liegen überwiegend im mittleren bis oberen Bereich.

Insgesamt läßt sich sagen, daß sich in allen Bereichen der Selbstunsicherheit ein etwa gleiches Bild zeigt, nämlich daß Selbstunsicherheit mit Diskrepanzen zwischen Anspruch und Selbstwahrnehmung zusammenhängt, sowohl in bezug auf selbstunsicheres Verhalten insgesamt als auch in bezug auf die einzelnen Teildimensionen.

Mittel-Ziel-Denken

Kognitive Prozesse des Mittel-Ziel-Denkens wurden mit dem MEPS-Verfahren erfaßt. Die Korrelationen der Werte der Probanden in den einzelnen MEPS-Kategorien mit den Werten in den U-Skalen machen deutlich, daß in allen Selbstunsicherheits-Bereichen kein Zusammenhang zwischen erhöhter Selbstunsicherheit und mangelhaften Prozessen des Mittel-Ziel-Denkens besteht.

Tab. 29: Korrelationen (r_s) zwischen den MEPS-Werten und den U-Werten in der Gesamtstichprobe

MEPS-Kategorien	U-1Fehlschlag u.Kritikangst	U-2Kontakt angst	U-3Fordern können	U-4Nicht- nein-sagen- können
RM Relevante Mittel	.14	.13	-.20 ^x	.23 ^{xx}
IM+NM Irrelevante + keine Mittel	-.15 ^x	-.17 ^x	.16 ^x	-.22 ^{xx}
RR Relevanz- Quotient	.14	.14	-.15 ^x	.21 ^x
Signifikanz:	x: p=0,05 xx: p=0,01			

Die Richtung der Korrelationen legt vielmehr einen umgekehrten Zusammenhang nahe, d.h. daß erhöhte Selbstunsicherheit mit gesteigertem Mittel-Ziel-Denken einhergeht.

Es zeigen sich allerdings nur zwei gesicherte Korrelationen auf dem 1%-Niveau im Selbstunsicherheits-Bereich "Nicht-nein-sagen-können", die zudem von der numerischen Höhe her als schwach bezeichnet werden müssen.

Die Korrelationsanalyse bestätigt somit das bereits beim Extremgruppenvergleich gefundene Ergebnis, daß Selbstunsicherheit nicht mit Defiziten im Mittel-Ziel-Denken zusammenhängt.

Konsequenz-Erwartungen

Als Maß für "negative" Konsequenz-Erwartungen wurden die Werte des FKE-Fragebogens betrachtet. Die Korrelationen der FKE-Werte mit den Werten in den einzelnen U-Skalen machen deutlich, daß in allen Selbstunsicherheits-Bereichen der Grad der Unsicherheit mit negativeren Konsequenz-Erwartungen zusammenhängt.

Tab. 30: Korrelationen (r_s) zwischen den FKE-Werten und den U-Werten in der Gesamtsichprobe

FKE-Skalen	U-1Fehlschlag u.Kritikangst	U-2Kontakt angst	U-3Fordern können	U-4Nicht-nein sagen-können
G "Positive" Konsequenz- Erwartungen	-.44 ^{xxx}	-.43 ^{xxx}	.43 ^{xxx}	-.37 ^{xxx}

Signifikanz: xxx: $p=0,001$

Die Korrelations-Koeffizienten sind alle auf dem 0,1%-Niveau signifikant, liegen jedoch nur im mittleren Bereich. In den verschiedenen Bereichen der Selbstunsicherheit zeigt sich demnach kein unterschiedliches Bild, sondern stärkere Selbstunsicherheit in allen Teilbereichen geht mit stärker "negativen" Konsequenz-Erwartungen einher.

Selbstermutigungs-Instruktionen

Zur Erfassung von kognitiven Prozessen der Selbstermutigung wurden die Skalen 3 (Selbstermutigung) und 4 (Selbstentmutigung) des IPKS-Fragebogens herangezogen. Die Korrelationen der IPKS-Werte mit den Werten in den U-Skalen zeigen, daß in fast allen Selbstunsicherheits-Bereichen ein Zusammenhang zwischen dem Grad der Unsicherheit und dem Ausmaß an ermutigenden und entmutigenden Selbstverbalisationen besteht.

Tab. 31: Korrelationen (r_s) zwischen IPKS-Werten und U-Werten in der Gesamtstichprobe

IPKS-Skalen	U-1Fehlschlag u.Kritikangst	U-2Kontakt angst	U-3Fordern können	U-4Nicht- nein-sagen- können
3 Selbster- mutigung	-.31 ^{xxx}	-.35 ^{xxx}	.39 ^{xxx}	-.19 ^x
4 Selbstent- mutigung	.61 ^{xxx}	.49 ^{xxx}	-.47 ^{xxx}	.38 ^{xxx}

Signifikanz: x: $p=0,05$
xxx: $p=0,001$

In drei Selbstunsicherheits-Bereichen zeigen sich gesicherte Korrelationen mit der Skala "Selbstermutigung", d.h. es bestehen hier Zusammenhänge zwischen dem Ausmaß an Unsicherheit und geringer Häufigkeit an ermutigenden Selbstverbalisationen. Lediglich im Bereich "Nicht-nein-sagen-können" treten keine gesicherten Zusammenhänge auf. In allen Selbstunsicherheits-Bereichen zeigen sich deutlich gesicherte Zusammenhänge zwischen Unsicherheit und vermehrten Selbstentmutigungs-Verbalisationen. Eine hohe Korrelation (über .50) zeigt sich zwischen "Fehlschlag- und Kritikangst" und der Skala "Selbstentmutigung".

Attribuierungen

Zur Erfassung von Attribuierungstendenzen wurde der FEIK-Fragebogen herangezogen. Die Korrelationen der Werte in den beiden FEIK-Skalen I^+ "Internalität bei Erfolg" und I^- "Internalität bei Mißerfolg" mit den Werten in den U-Skalen zeigen, daß nur zwischen externalen Attribuierungen für positive Ereignisse und dem Grad der Selbstunsicherheit ein leichter Zusammenhang besteht.

Tab. 32: Korrelationen (r_s) zwischen den FEIK-Werten und den U-Werten in der Gesamtstichprobe

FEIK-Skalen	U-1Fehlschlag u.Kritikangst	U-2Kontakt angst	U-3Fordern können	U-4Nicht- nein-sagen- können
I^+ Internalität bei Erfolg	-.19 ^x	-.23 ^{xx}	.15	-.13
I^- Internalität bei Mißerfolg	.08	.00	.07	-.12
Signifikanz:	x: p=0,05			
	xx: p=0,01			

Nur im Bereich "Kontaktangst" zeigt sich eine gesicherte Korrelation mit "Internalität bei Erfolg", die allerdings von der numerischen Höhe her als schwach bezeichnet werden muß. In allen anderen Bereichen der Selbstunsicherheit zeigen sich keine gesicherten Zusammenhänge. Mit Vorsicht läßt sich annehmen, daß hauptsächlich Probleme im Kontaktbereich mit stärker externalen Ursachenzuschreibungen bei Erfolg bzw. allgemein positiven Ereignissen einhergehen.

Hinsichtlich negativer Ereignisse zeigt sich dagegen kein Zusammenhang zwischen dem Grad der Selbstunsicherheit und spezifischen Attribuierungstendenzen.

Die Korrelationsanalyse unterstützt somit die Ergebnisse des Extremgruppenvergleichs, daß Selbstunsicherheit mit stärker externalen Attribuierungen für positive Ereignisse zusammenhängt, jedoch nicht mit stärker internalen Attribuierungen für negative Ereignisse.

Selbstverstärkung

Zur Erfassung von kognitiven Prozessen der Selbstverstärkung wurden die IPKS-Skalen 1 (Selbstzufriedenheit) und 2 (Selbstunzufriedenheit) herangezogen. Die Korrelationen der IPKS-Werte mit den Werten in den U-Skalen machen deutlich, daß in allen Selbstunsicherheits-Bereichen ein Zusammenhang zwischen der Häufigkeit verstärkender bzw. bestrafender Selbstverbalisationen und dem Grad der Unsicherheit besteht.

Tab. 33: Korrelationen (r_s) zwischen den IPKS-Werten und den U-Werten in der Gesamtstichprobe

IPKS-Skalen	U-1 Fehlschlag u. Kritikangst	U-2 Kontakt angst	U-3 Fordern können	U-4 Nicht- nein-sagen- können
1 Selbstzufriedenheit	-.40 ^{xxx}	-.33 ^{xxx}	.38 ^{xxx}	-.29 ^{xxx}
2 Selbstunzufriedenheit	.49 ^{xxx}	.42 ^{xxx}	-.34 ^{xxx}	.20 ^{xx}

Signifikanz: xx: $p=0,01$
 xxx: $p=0,001$

Alle Korrelationen sind mindestens auf dem 1%-Niveau signifikant, liegen jedoch nur im mittleren bis unteren Bereich. Die Korrelationsanalyse macht deutlich, daß in allen Selbstunsicherheits-Bereichen vermehrte Unsicherheit mit geringer Häufigkeit an verstärkenden sowie großer Häufigkeit an bestrafenden Selbstverbalisationen einhergeht.

Zusammenfassend können wir feststellen, daß in den einzelnen Teilbereichen der Selbstunsicherheit, die wir hier untersucht haben, nämlich "Fehlschlag- und Kritikangst", "Kontaktangst", "Fordern können" und "Nicht-nein-sagen-können", nur in begrenztem Maße differentielle Zusammenhänge gefunden werden konnten. Überwiegend zeigt sich, daß in allen Selbstunsicherheits-Bereichen das Ausmaß der Selbstsicherheit/-unsicherheit mit den von uns untersuchten kognitiven Prozessen zusammenhängt. Die unterschiedlich hohen Korrelationskoeffizienten lassen zwar vermuten, daß diese Zusammenhänge nicht überall gleichmäßig stark sind, jedoch ließ sich nicht prüfen, ob diese Unterschiede statistisch signifikant sind. Nur selten zeigt sich, daß in einzelnen Selbstunsicherheits-Bereichen der Grad der Unsicherheit und die Ausprägung einzelner kognitiver Prozesse unabhängig voneinander sind.

Die Ergebnisse lassen vermuten, daß die von uns untersuchten kognitiven Prozesse relevante Faktoren für mangelnde soziale Kompetenz in allen Teilbereichen sind.

2.3. Differentielle Zusammenhänge zwischen Teilbereichen der Selbstunsicherheit und kognitiven Prozessen bei selbstunsicheren Klienten

Die im vorigen Abschnitt beschriebenen Ergebnisse weisen in die Richtung, daß in verschiedenen Teilbereichen sozialer Inkompetenz das Ausmaß der Selbstunsicherheit weitgehend gleichförmig mit der Ausprägung der untersuchten kognitiven Prozesse zusammenhängt und nur in begrenztem Maße differentielle Zusammenhänge bestehen.

Zu berücksichtigen ist allerdings, daß hier die Daten unserer Gesamtstichprobe zugrunde gelegt wurden und somit das gesamte Kontinuum von "sehr selbstsicher" bis "sehr selbstunsicher" berücksichtigt wurde.

Wir stellen uns aber die Frage, ob diese Zusammenhänge in gleicher Weise auch bei selbstunsicheren Klienten auftreten, die sich in therapeutische Behandlung begeben.

Unsere Vermutungen über differentielle Zusammenhänge in verschiedenen Bereichen sozialer Inkompetenz entstanden ja auch aus der therapeutischen Arbeit mit selbstunsicheren Klienten.

Hinweise darauf, daß die Beziehungen zwischen Selbstunsicherheit und verschiedenen kognitiven, einstellungsmäßigen und emotionalen Variablen bei Stichproben von sozial inkompetenten Personen und klinisch "Nicht-gestörten" unterschiedlich sein können, wurden auch von ULLRICH DE MUYNCK & ULLRICH (1978a, b) geliefert.

Um zu prüfen, ob differentielle Zusammenhänge zwischen Selbstunsicherheit in verschiedenen Teilbereichen und den von uns untersuchten kognitiven Prozessen bei bereits gestörten Personen vorliegen, wurde eine korrelationsstatistische Analyse durchgeführt, wobei wir als Ausgangsmaterial die Daten unserer Selbstunsicheren-Gruppe (N=35) zugrunde legten.

Wie wir bereits in Kap. IV.4.2. festgestellt hatten, entsprechen die Unsicherheits-Werte unserer Gruppe selbstunsicherer Klienten denen einer sozial-phobischen Patientengruppe von ULLRICH DE MUYNCK & ULLRICH (1977). Unsere Gruppe ist daher mit der Gruppe klinisch gestörter Selbstunsicherer vergleichbar.

Aufgrund unseres Auswahlverfahrens der Selbstunsicheren ist anzunehmen, daß die Probanden in mindestens einem Selbstunsicherheits-Bereich eine therapiebedürftige Einschränkung aufweisen. Insgesamt liegen die Werte in den einzelnen U-Skalen im mittleren bis oberen Bereich.

Wie bereits bei der Gesamtstichprobe wurden die einzelnen U-Skalen mit den Maßen der kognitiven Prozesse korreliert (SPEARMAN-Rangkorrelation). Aufgrund der geringen Zahl der Probanden (N=35) werden Korrelationen, die mindestens auf dem 5%-Niveau signifikant sind, als gesichert bezeichnet.

Betrachten wir zunächst, welche Zusammenhänge zwischen "Fehlschlag- und Kritikangst" (U-1) und den verschiedenen kognitiven Prozessen bestehen. Der Übersicht wegen wollen wir nur die signifikanten Korrelationen auf-führen.¹

Tab. 34: Signifikante Korrelationen (r_s) zwischen U-1 Fehlschlag- und Kritikangst und den Maßen der kognitiven Prozesse bei selbst-unsicheren Klienten

	U-1 Fehlschlag- und Kritikangst
IPKS-4 Selbstentmutigung	.42 ^{xx}
SeW-FW 1 Paralinguistische Unbeholfenheit	.35 ^x
SeW-AN G Selbstunsicheres Verhalten	.41 ^{xx}
SeW-AN 1 Paralinguistische Unbeholfenheit	.45 ^{xx}
SeW-AN 2 Nonverbale Abwehr	.32 ^x
SeW-AN 4 Verbale Zurückgezogenheit	.38 ^x

Signifikanz: x: $p=0,05$

xx: $p=0,01$

Die signifikante Korrelation mit der Skala IPKS-4 "Selbstentmutigung" macht deutlich, daß Fehlschlag- und Kritikangst mit erhöhter Häufigkeit an entmutigenden Selbstverbalisationen einhergeht.

¹Tabellen mit sämtlichen Korrelationskoeffizienten siehe Anhang

In bezug auf negativ verzerrte Selbstwahrnehmungsprozesse zeigt sich nur eine signifikante Korrelation mit den Differenzwerten zwischen Selbst- und Fremdwahrnehmung, nämlich auf der Teildimension 1. Das bedeutet, daß Unsicherheit eng mit Wahrnehmungsverzerrungen in bezug auf paralinguistische Unbeholfenheit einhergeht.

Deutlicher scheinen dagegen die Zusammenhänge mit Diskrepanzen zwischen Anspruch und Ist-Lage zu sein. Die Korrelationen mit den Differenzwerten zwischen Selbstwahrnehmung und Standard (SeW-AN) sind sowohl für die Gesamtskala als auch für drei Teildimensionen signifikant. Fehlschlag- und Kritikangst hängt demnach eng zusammen mit erhöhten Diskrepanzen zwischen Anspruch und Ist-Lage, sowohl in bezug auf selbstunsicheres Verhalten insgesamt als auch in bezug auf paralinguistische Unbeholfenheit, nonverbale Abwehr und verbale Zurückgezogenheit.

Insgesamt läßt sich feststellen, daß Fehlschlag- und Kritikangst bei selbstunsicheren Klienten nur mit einem Teil der von uns untersuchten kognitiven Prozesse signifikant korreliert.

Der hier erfaßte Selbstunsicherheits-Bereich, der sich auf Angst vor Versagen und Beobachtung sowie mangelnde Fertigkeiten im Umgang mit Kritik bezieht, scheint vor allem mit überhöhten Standardsetzungen sowie mit vermehrter Häufigkeit an entmutigenden Selbstverbalisationen zusammenzuhängen. Negativ verzerrte Selbstwahrnehmungsprozesse gehen auch mit Fehlschlag- und Kritikangst einher, jedoch nur in bezug auf eine Teildimension.

Als nächstes wollen wir die Zusammenhänge zwischen "Kontaktangst"(U-2) und den einzelnen kognitiven Prozessen betrachten, wobei wiederum nur die signifikanten Korrelationen aufgeführt werden.

Tab. 35: Signifikante Korrelationen (r_s) zwischen U-2 "Kontaktangst" und den Maßen der kognitiven Prozesse bei selbstunsicheren Klienten

	U-2 Kontaktangst
I ⁺ Internalität bei Erfolg	-.34 ^x
IPKS 1 Selbstzufriedenheit	-.30 ^x
SeW-FW G Selbstunsicheres Verhalten	.38 ^x
SeW-FW 3 Nonverbale Steifheit	.39 ^x
SeW-FW 4 Verbale Zurückgezogenheit	.35 ^x
FKE G "Positive" Konsequenz-Erwartungen	-.35 ^x

Signifikanz: x: $p=0,05$

Die Tabelle macht deutlich, daß "Kontaktangst" mit stärker externalen Attribuierungstendenzen bei positiven Ereignissen bzw. Erfolg sowie mit geringerer Häufigkeit an verstärkenden Selbstverbalisationen einhergeht.

Die Korrelationen mit den Differenzwerten zwischen Selbst- und Fremdwahrnehmung (SeW-FW) zeigen, daß "Kontaktangst" mit negativ verzerrter Selbstwahrnehmung sowohl in bezug auf selbstunsicheres Verhalten insgesamt als auch in bezug auf die Teildimensionen nonverbale Steifheit und verbale Zurückgezogenheit zusammenhängt. Ebenso geht "Kontaktangst" mit stärker "negativen" Konsequenz-Erwartungen einher.

Insgesamt läßt sich auch hier feststellen, daß Kontaktangst bei selbstunsicheren Klienten nur mit einem Teil der untersuchten kognitiven Prozesse signifikant korreliert.

Der Selbstunsicherheits-Bereich der Kontaktangst, der sich vor allem auf mangelnde Selbst-Ausdrucks-Fertigkeiten und Fertigkeiten zur Bestärkung anderer sowie geringe Kommunikationsfertigkeiten bezieht, d.h. auf eher "positive" selbstsichere Reaktionen, scheint vor allem mit negativ verzerrter Selbstwahrnehmung, "negativen" Erwartungen hinsichtlich möglicher Konsequenzen, stärkerer externaler Ursachenzuschreibung bei Erfolgen sowie seltenen verstärkenden Selbstgesprächen einherzugehen.

Betrachten wir nun die signifikanten Korrelationen zwischen "Fordern können" (U-3) und den verschiedenen untersuchten kognitiven Prozessen.

Tab. 36: Signifikante Korrelationen (r_s) zwischen U-3 "Fordern können" und den Maßen der kognitiven Prozesse bei selbstunsicheren Klienten¹

	U-3 Fordern können
IPKS-1 Selbstzufriedenheit	.46 ^{xx}
IPKS-3 Selbstermutigung	.33 ^x
SeW-FW G Selbstunsicheres Verhalten	-.31 ^x
SeW-FW 4 Verbale Zurückgezogenheit	-.43 ^{xx}
SeW-AN G Selbstunsicheres Verhalten	-.37 ^x
SeW-AN 2 Nonverbale Abwehr	-.32 ^x
SeW-AN 3 Nonverbale Steifheit	-.32 ^x
FKE G "Positive" Konsequenz-Erwartungen	.32 ^x
MEPS RM Relevante Mittel	-.36 ^x
MEPS IM+NM Irrelevante + keine Mittel	.37 ^x
MEPS RR Relevanz-Quotient	-.40 ^{xx}

Signifikanz: x: $p=0,05$

xx: $p=0,01$

Die Tabelle macht deutlich, daß geringe Selbstsicherheit im Bereich "Fordern können" mit geringer Häufigkeit an selbstverstärkenden und selbstermutigenden Selbstverbalisationen einhergeht.

¹ Hier sei noch einmal daran erinnert, daß die Skala U-3 umgekehrt gerichtet ist, d.h. hohe Werte repräsentieren Selbstsicherheit, niedrige Werte zeigen Unsicherheit an.

Ferner zeigen die Korrelationen mit den Differenzwerten zwischen Selbst- und Fremdwahrnehmung (SeW-FW), daß der Selbstunsicherheits-Bereich "Fordern können" mit negativ verzerrten Selbstwahrnehmungsprozessen in bezug auf selbstunsicheres Verhalten insgesamt und in bezug auf die Teildimension "verbale Zurückgezogenheit" zusammenhängt.

Deutliche Zusammenhänge bestehen darüberhinaus mit erhöhten Diskrepanzen zwischen Selbstwahrnehmung und Anspruch (SeW-AN), sowohl in bezug auf selbstunsicheres Verhalten insgesamt als auch in bezug auf die Teildimensionen nonverbale Abwehr und Steifheit.

Ferner zeigen sich Zusammenhänge mit "negativen" Konsequenz-Erwartungen.

Überraschenderweise zeigen sich auch signifikante Zusammenhänge mit den MEPS-Kategorien. Die Richtung der Korrelationen macht allerdings deutlich, daß erhöhte Selbstunsicherheit mit günstigeren Prozessen des Mittel-Ziel-Denkens einhergeht.

Insgesamt läßt sich festhalten, daß Selbstunsicherheit im Bereich "Fordern können" zwar mit einer Reihe von kognitiven Prozessen zusammenhängt, allerdings zu vielen der von uns untersuchten Prozesse ebenfalls keine deutlichen Zusammenhänge bestehen.

Der hier erfaßte Selbstunsicherheits-Bereich, der vor allem mangelnde assertive Fertigkeiten in bezug auf das Stellen von Forderungen und das Zurückweisen von Ansprüchen und Kritik umfaßt, scheint bei selbstunsicheren Klienten vor allem mit seltenen ermutigenden und verstärkenden Selbstgesprächen, negativ verzerrter Selbstwahrnehmung, erhöhten Diskrepanzen zwischen Anspruch und Ist-Lage sowie mit "negativen" Erwartungen hinsichtlich möglicher Konsequenzen auf selbstsicheres Verhalten zusammenhängen.

Betrachten wir abschließend die Zusammenhänge zwischen "Nicht-nein-sagen-können" (U-4) und den einzelnen kognitiven Prozessen, wobei wiederum nur signifikante Korrelationen dargestellt werden.

Tab. 37: Signifikante Korrelationen (r_s) zwischen U-4 "Nicht-nein-sagen-können" und den Maßen der kognitiven Prozesse bei selbstunsicheren Klienten

	U-4 Nicht-nein-sagen-können
SeW-FW 1 Paralinguistische Unbeholfenheit	.36 ^x
SeW-AN 4 Verbale Zurückgezogenheit	.36 ^x

Signifikanz: x: $p=0,05$

Die Tabelle macht deutlich, daß Selbstunsicherheit im Bereich "Nicht-nein-sagen-können" nur mit einem geringen Teil der von uns untersuchten kognitiven Prozesse zusammenhängt. Gesicherte Zusammenhänge bestehen nur mit negativen Wahrnehmungsverzerrungen in bezug auf paralinguistische Unbeholfenheit und mit erhöhten Diskrepanzen zwischen Anspruch und Selbstwahrnehmung in bezug auf verbale Zurückgezogenheit.

Dieser Selbstunsicherheits-Bereich, der sich ebenfalls auf mangelnde assertive Fertigkeiten wie Nachgiebigkeit und Vermeidung von Auseinandersetzungen bezieht, scheint bei selbstunsicheren Klienten nur zum geringen Teil mit den von uns untersuchten kognitiven Prozessen direkt zusammenzuhängen.

Zusammenfassend können wir feststellen, daß innerhalb der Stichprobe selbstunsicherer Klienten deutlich stärkere differentielle Zusammenhänge zwischen mangelnder sozialer Kompetenz in unterschiedlichen Bereichen und den einzelnen kognitiven Prozessen bestehen als in der Gesamtstichprobe.

In den vier untersuchten Selbstunsicherheits-Bereichen zeigen sich jeweils Zusammenhänge zwischen sozialer Inkompetenz und ganz speziellen Mustern kognitiver Prozesse, während zu anderen kognitiven Prozessen keine gesicherten Zusammenhänge bestehen oder sogar Null-Korrelationen auftreten.

Dies spricht dafür, daß die Ausprägung der von uns untersuchten kognitiven Prozesse bei unsicheren Klienten nicht generell mit größerer Selbstunsicherheit einhergeht, sondern in unterschiedlichen Problembereichen jeweils ganz spezielle Kognitionen relevante Faktoren für mangelnde soziale Kompetenz darstellen.

VI. INTERPRETATION DER ERGEBNISSE

1. Zusammenfassende Darstellung der Ergebnisse

An dieser Stelle sollen unsere Untersuchungsergebnisse noch einmal kurz zusammengefaßt werden, bevor sie im einzelnen kritisch diskutiert werden.

Aus dem Vergleich der beiden Extremgruppen von selbstunsicheren Personen und selbstsicheren Personen ergibt sich hinsichtlich der untersuchten kognitiven Prozesse folgendes Bild:

Selbstunsichere zeigen eine negativ verzerrte Selbstwahrnehmung, die sich darin ausdrückt, daß sie ihr eigenes Verhalten als unsicherer wahrnehmen als es von außenstehenden Personen eingeschätzt wird. Diese Wahrnehmungsverzerrung zeigt sich in fast allen untersuchten Verhaltensdimensionen.

Sozial kompetente Personen zeigen dagegen eine Selbstwahrnehmung, die mit der Fremdwahrnehmung übereinstimmt. Teilweise nehmen sie sich sogar positiver wahr als sie von anderen eingeschätzt werden.

In bezug auf Prozesse der Standardsetzung legen selbstunsichere Personen keine absolut höheren Standards an ihr eigenes Verhalten als Selbstsichere, sondern in den meisten Verhaltensdimensionen sogar niedrigere.

Wichtiger sind jedoch die Unterschiede zwischen dem Anspruchsniveau und der wahrgenommenen Ist-Lage. Hier zeigen sozial inkompetente Personen wesentlich stärkere Diskrepanzen als sozial kompetente, die sich darin ausdrücken, daß die Differenzen zwischen Standard und Selbstwahrnehmung einerseits größer sind und andererseits in bezug auf mehr Teildimensionen selbstunsicheren Verhaltens auftreten.

Selbstunsichere Personen äußern "negativere" Konsequenz-Erwartungen als Selbstsichere, d.h. sie erwarten auf das Äußern von selbstsicheren Reaktionen negativere Reaktionen des Interaktionspartners.

In bezug auf kognitive Prozesse der Selbstermutigung äußern Selbstunsichere im Vergleich zu Selbstsicheren seltener ermutigende und häufiger entmutigende Selbstverbalisationen. Beide Formen der Selbstgespräche treten bei sozial inkompetenten Personen gleich häufig auf, während bei sozial kompetenten die ermutigenden überwiegen.

Hinsichtlich generalisierter Attribuierungstendenzen zeigen selbstunsichere Personen nur bei positiven Ereignissen eine stärkere Tendenz zu externaler Attribuierung als Selbstsichere. Bei negativen Ereignissen oder Mißerfolg ergeben sich dagegen keine unterschiedlichen Attribuierungsmuster.

Die Selbstunsicheren zeigen dabei ein Muster, daß sich durch externale Attribuierung bei positiven und internale Ursachenzuschreibung bei negativen Ereignissen auszeichnet. Die selbstsicheren Personen zeigen ebenfalls ein Überwiegen internaler Attribuierung bei negativen Ereignissen, während sie bei positiven Ereignissen gleich stark internale und externale Ursachen annehmen.

In bezug auf kognitive Prozesse der Selbstverabreichung von Konsequenzen äußern Selbstunsichere im Vergleich zu Selbstsicheren seltener verstärkende und häufiger bestrafende Selbstverbalisationen. Während bei den sozial inkompetenten Personen die bestrafenden Selbstkommunikationen überwiegen, sind es bei den sozial kompetenten die verstärkenden Selbstgespräche.

Die meisten unserer Hypothesen, die sich auf unterschiedliche kognitive Prozesse bei Selbstunsicheren und Selbstsicheren bezogen, konnten demnach bestätigt werden.

Nur zum Teil bestätigt wurde die Hypothese, die sich auf unterschiedliche Attribuierungstendenzen bezog.

Nicht bestätigt wurde dagegen unsere Annahme, daß selbstunsichere Personen mangelnde oder defizitäre Prozesse des Mittel-Ziel-Denkens besitzen. Hier zeigten sich keine Gruppenunterschiede.

Die Variablen Geschlecht, Alter und Schulbildung zeigten nur in wenigen Fällen einen Einfluß auf die Ausprägung der kognitiven Prozesse.

Auch Wechselwirkungen mit der Variable "Selbstunsicherheit", die darauf hinweisen, daß die Unterschiede zwischen Selbstunsicheren und Selbstsicheren nicht gleichförmig bei beiden Geschlechtern bzw. verschiedenen Alters- und Schulbildungsgruppen auftreten, zeigten sich nur bei wenigen Maßen der kognitiven Prozesse.

Die Ergebnisse des Vergleichs zwischen Selbstunsicheren und Selbstsicheren werden durch die Korrelationsanalyse innerhalb unserer Gesamtstichprobe, in der Probanden von "sehr selbstsicher" bis "sehr unsicher" zusammengefaßt sind, weitgehend unterstützt.

In den vier untersuchten Bereichen sozialer Inkompetenz, nämlich "Fehlschlag- und Kritikangst", "Kontaktangst", "Fordern können" und "Nicht-nein-sagen-können", zeigen sich deutliche Zusammenhänge zwischen dem Grad der Selbstsicherheit/-unsicherheit und der Ausprägung der untersuchten kognitiven Prozesse.

Die Korrelationsanalyse gibt auch Hinweise darauf, daß diese Zusammenhänge nicht einheitlich, sondern in den einzelnen Bereichen sozialer Inkompetenz unterschiedlich sind. Diese differentiellen Zusammenhänge sind jedoch nicht so deutlich wie wir es erwartet hatten.

Nur wenige kognitive Prozesse zeigen spezielle Zusammenhänge mit einzelnen Teilbereichen sozialer Inkompetenz. Die Hypothese, daß sich verschiedene Selbstunsicherheits-Bereiche durch ganz bestimmte Kognitions-Muster auszeichnen, kann hier nur teilweise bestätigt werden.

Deutlichere differentielle Zusammenhänge zwischen sozialer Inkompetenz in verschiedenen Bereichen und einzelnen kognitiven Prozessen zeigen sich dagegen in der Gruppe selbstunsicherer Klienten. Hier bestehen in unterschiedlichen Problembereichen jeweils Beziehungen zwischen dem Ausmaß sozialer Inkompetenz und ganz speziellen Mustern kognitiver Prozesse.

2. Diskussion der Befunde

Im folgenden sollen unsere Ergebnisse im einzelnen kritisch diskutiert und bewertet werden. Dabei sollen auch bisherige Untersuchungsbefunde über kognitive Prozesse im Bereich Selbstunsicherheit mit einbezogen werden, um eine Einordnung der Ergebnisse zu ermöglichen.

Selbstwahrnehmung

Mit der Selbstwahrnehmung des eigenen Verhaltens in sozialen Situationen wurde ein kognitiver Teilprozeß herausgegriffen, der in bisherigen Studien nicht direkt untersucht wurde. Unsere Ergebnisse legen nahe, daß selbstunsichere Personen Wahrnehmungsverzerrungen in der Richtung aufweisen, daß sie ihr Verhalten negativer bzw. unsicherer wahrnehmen, als es tatsächlich ist, während Selbstsichere ziemlich realistisch in ihrer Selbstwahrnehmung sind.

Wie wir gesehen haben, nehmen sich selbstsichere Personen auf einer Teildimension sogar als selbstsicherer wahr als sie von ihren nahestehenden Bezugspersonen eingeschätzt werden. Dies könnte ein Hinweis darauf sein, daß auch bei selbstsicheren Personen Wahrnehmungsverzerrungen auftreten, allerdings in positiver Richtung. Vorsichtig könnte man hier vermuten, daß für Selbstsicherheit nicht nur eine realistische Selbstwahrnehmung wichtig ist, sondern auch eine leichte Überschätzung günstig sein kann.

Zu berücksichtigen ist dabei allerdings, daß als Maß für das "objektive" Verhalten die Fremdwahrnehmung durch nahestehende Sozialpartner zugrunde gelegt wurde. Zwar unterscheiden sich die Fremdeinschätzungen der Selbstunsicheren signifikant von denen der selbstsicheren Personen, was dafür spricht, daß die außenstehenden Beobachter sehr wohl reale Verhaltensunterschiede registrieren, jedoch läßt sich nicht ausschließen, daß bestimmte Beobachtungsfehler mit eingehen. Es könnte z.B. sein, daß eine "Tendenz zur Milde" die Fremdwahrnehmung der Selbstunsicheren in gewisser Weise positiv beeinflußt hat und somit die Diskrepanzen zum Teil mitbedingt hat. Umgekehrt könnte bei den Selbstsicheren eine "Tendenz zur Mitte" die Diskrepanzen eher verringert haben.

Diesen Einwänden über mögliche Beobachtungsfehler der Sozialpartner können wir entgegenhalten, daß durch die Instruktionen und die getrennte Erhebung der Fremdwahrnehmung mögliche Verfälschungstendenzen soweit wie möglich ausgeschlossen werden sollten.

Eine offene Frage ist, welche Faktoren für die gefundenen Wahrnehmungsverzerrungen der Selbstunsicheren eine Rolle spielen.

Hier können unserer Ansicht nach verschiedene Faktoren beteiligt sein. Auf der einen Seite könnten sensorische Prozesse oder Faktoren der selektiven Aufmerksamkeit dazu führen, daß eigene positive bzw. selbstsichere Verhaltensanteile verzerrt oder gar nicht wahrgenommen werden. Hinweise darauf, daß selbstunsichere Personen Wahrnehmungsdefizite aufweisen, d.h. bestimmte Reize nicht registrieren, wurden von TROWER (1980) geliefert. Andererseits könnten dadurch, daß keine situativen Wahrnehmungsprozesse erfaßt, sondern durch den Fragebogen eher retrospektive Einschätzungen erhoben wurden, auch Gedächtnisprozesse eine Rolle spielen. Unterstützung für diese Interpretation können die Befunde von O'BANION & ARKOWITZ (1977) liefern, die bei sozial inkompetenten Personen ein besseres bzw. selektives Gedächtnis für negative Informationen über die eigene Person festgestellt haben.

Aufgrund der Erhebungsmethode der Selbstwahrnehmung, nämlich durch Einschätzung auf bipolaren Merkmalsskalen, können jedoch auch unterschiedliche Beurteilungsprozesse eine zusätzliche Rolle gespielt haben. So kann es möglich sein, daß Selbstunsichere unterschiedliche Maßstäbe dafür haben, was beispielsweise eine geduckte bzw. aufrechte Körperhaltung ist, oder strengere Maßstäbe zur Einschätzung ihres eigenen Verhaltens anlegen.

Welche dieser unterschiedlichen Faktoren für die Wahrnehmungsverzerrungen entscheidend sind, läßt sich im nachhinein nicht überprüfen. Hierzu wäre es notwendig, die einzelnen Teilaspekte des komplexen Wahrnehmungsvorgangs zu isolieren und getrennt zu untersuchen.

Die Bedeutung der negativ verzerrten Selbstwahrnehmung der Selbstunsicheren besteht u.E. darin, daß sie in sozialen Situationen dazu führen kann, daß die

Selbstunsicheren einerseits die Ausgangslage ihres Verhaltens negativer einschätzen als sie ist, andererseits auch die Handlungsausführung und die Ergebnisse negativ verzerrt wahrnehmen, auch wenn es ihnen gelingt, sich selbstsicher zu verhalten (s. dazu Kap.II.7.1.).

Standardsetzung

Die bisherigen Untersuchungen ließen vermuten, daß selbstunsichere Personen sich höhere Standards für ihre sozialen Fertigkeiten setzen als Selbstsichere (GLASGOW & ARKOWITZ, 1975; CLARK & ARKOWITZ, 1975). Unsere Ergebnisse machen dagegen deutlich, daß Selbstunsichere keine absolut höheren Standards oder Zielsetzungen für ihr eigenes Verhalten haben als Selbstsichere, sondern sogar überwiegend niedrigere. Entscheidender ist, daß die Diskrepanzen zwischen Standard und wahrgenommener Ist-Lage bei selbstunsicheren Personen wesentlich deutlicher ausgeprägt sind als bei sozial kompetenten, d.h. das Anspruchsniveau ist im Verhältnis zur Ausgangslage ungleich größer.

Selbstunsichere Personen zeigen nicht nur größere Diskrepanzen zwischen Standard und Ist-Lage, sondern sie sind auch in allen Teildimensionen mit ihrem Verhalten, so wie sie es selbst wahrnehmen, nicht zufrieden. Dagegen zeigen selbstsichere Personen nur auf zwei Teildimensionen höhere Ansprüche an ihr Verhalten, während sie auf zwei anderen Dimensionen anscheinend mit ihrem Verhalten, so wie sie es wahrnehmen, zufrieden sind.

Bei diesen unterschiedlich hohen Standards im Verhältnis zur Ausgangslage, die selbstunsichere und selbstsichere Personen zeigen, spielen u.E. folgende Faktoren eine Rolle:

Die Selbstsicheren nehmen ihr eigenes Verhalten bereits als sehr selbstsicher wahr, was sich an der absoluten Höhe der Werte im Selbstwahrnehmungs-Inventar zeigt. Von daher können die Diskrepanzen zu ihrem Anspruchsniveau auch nur ein bestimmtes Ausmaß erreichen, selbst wenn sie auf allen Skalen des Anspruchsniveau-Inventars die selbstsicheren Merkmals-Extreme ankreuzen würden.

Andererseits erscheint uns auch fraglich, ob eine Realisierung der maximalen selbstsicheren Merkmals-Ausprägungen überhaupt ein Ziel für selbstsichere Personen ist. Eventuell könnte eine gemäßigte Ausprägung der selbstsicheren Verhaltensmerkmale günstiger sein als eine extreme Realisierung kompetenter Verhaltensmerkmale.

Diese Überlegung wird durch die Tatsache unterstützt, daß ein Teil der selbstsicheren Personen im Verhältnis zur Selbstwahrnehmung eher niedrigere Ansprüche an ihr Verhalten stellen, d.h. sich im Sinne der Merkmalsdimensionen eher unsicherer verhalten müßten als sie es tun, um mit sich zufrieden sein zu können. Die Daten lassen sich mit aller Vorsicht dahingehend interpretieren, daß vor allem in bezug auf nonverbalen Ausdrucksreichtum und verbale Durchsetzung keine maximale, sondern eine eher gemäßigte Realisierung selbstsicherer Verhaltensmerkmale von den selbstsicheren Probanden angestrebt wird.

Ein ganz anderes Bild zeigt sich dagegen bei den selbstunsicheren Personen. Sie nehmen ihr Verhalten als wesentlich unsicherer wahr.

Von daher können die Diskrepanzen zwischen Anspruch und Ist-Lage ungleich größer werden als bei den Selbstsicheren.

Bemerkenswert ist, daß die Selbstunsicheren, obwohl sie, absolut gesehen, sogar niedrigere Ansprüche an ihr Verhalten stellen als Selbstsichere, deutlich größere Diskrepanzen zwischen Standard und Ist-Lage erleben.

Wichtig ist hierbei allerdings, daß als Kriterium für die Ist-Lage die Selbstwahrnehmung herangezogen wurde. Denn wie wir gesehen haben, zeigen Selbstunsichere eine negativ verzerrte Selbstwahrnehmung, d.h. sie nehmen sich als unsicherer wahr als sie tatsächlich sind. Das bedeutet, daß die größeren Diskrepanzen zwischen Standard und Ist-Lage zum Teil dadurch mitbedingt sind, daß die Selbstunsicheren die Ist-Lage negativer sehen als sie tatsächlich ist.

Aber selbst wenn die Selbstunsicheren eine realistischere Selbstwahrnehmung zeigen würden, wären die Diskrepanzen zum Anspruchsniveau vermutlich immer noch größer als bei den Selbstsicheren. Nimmt man z.B. die Werte der Fremdwahrnehmung als Anhaltspunkt für eine realistische Selbstwahrnehmung, würden sich offensichtlich noch immer größere Diskrepanzen bei den Selbstunsicheren zeigen.

Insgesamt entscheidend ist, daß selbstunsichere Personen wesentlich stärkere Unterschiede erleben zwischen ihrem Verhalten, wie sie es im Augenblick wahrnehmen, und einem Verhalten, mit dem sie zufrieden sein könnten. Obwohl das situationsspezifische Erleben dieser Diskrepanzen durch unsere Erhebungsmethode nicht erfaßt wurde, nehmen wir an, daß selbstunsichere Personen auch in konkreten Situationen stärkere Differenzen erleben.

Die Auswirkungen großer Diskrepanzen können u.E. darin bestehen, daß keine Aktivierung zum Handeln erfolgt, da die Diskrepanz nicht mehr überbrückbar erscheint, daß stärkere negative Emotionen ausgelöst werden und die Selbstbewertung negativ ausfällt und somit auch die Selbstverstärkung negativ beeinflußt wird (s. dazu Kap.II.7.2.).

Mittel-Ziel-Denken

Das Ergebnis, daß selbstunsichere Personen keine Mängel oder Defizite hinsichtlich der kognitiven Prozesse des Mittel-Ziel-Denkens aufweisen, widerspricht unserer Hypothese, die wir aufgrund der Befunde bei anderen sozial unangepaßten Gruppen gebildet hatten. Bei näherer Betrachtung stimmt das Ergebnis jedoch mit einem kognitiven Modell der Selbstunsicherheit überein, nach dem selbstunsichere Personen die sozial kompetenten Verhaltensweisen in ihrem Repertoire haben und sie auch in relativ "geschützten" Situationen ausführen können. Die Ergebnisse des MEPS machen deutlich, daß Selbstunsichere kognitiv in der Lage sind, relevante Handlungsschritte zur Lösung interpersoneller Problemsituationen hervorzubringen. Dies unterstützt die Annahme, daß selbstunsichere Personen ein genaues Bild effektiven sozialen Handelns haben und auch in der Lage sind, die einzelnen Handlungsmöglichkeiten kognitiv zu entwickeln.

Unsere Ergebnisse werden durch eine neuere Arbeit von BRUCH (1981) unterstützt, in der ebenfalls keine Unterschiede im Mittel-Ziel-Denken bei selbstsicheren und selbstunsicheren Studenten festgestellt werden konnten.

Überraschend ist das Ergebnis, daß einzelne Werte sogar in die Richtung weisen, daß Selbstunsichere leicht bessere Prozesse des Mittel-Ziel-Denkens haben.

Wir vermuten, daß diese Resultate auf eine leicht höhere Motivation der selbstunsicheren Klienten hinweisen, die Fragebogen sorgfältig und ernsthaft auszufüllen, da sie eine Eingangsvoraussetzung zur Therapie darstellten. Auch geringe Motivationsunterschiede werden sich beim MEPS-Verfahren wahrscheinlich schon auswirken, denn das Ausfüllen des MEPS verlangt eine hohe Bereitschaft zur Mitarbeit, da es darum geht, eine Geschichte zu erfinden und nicht nur einzelne Antwortmöglichkeiten anzukreuzen. Diese vermutete höhere Motivation zeigt sich jedoch nicht in der Geschichtenlänge, die sich in beiden Gruppen nicht signifikant unterscheidet.

Aus den Befunden zum Einfluß des Alters könnte man annehmen, daß das leicht schlechtere Abschneiden der Selbstsicheren dadurch bedingt ist, daß vor allem die älteren selbstsicheren Personen anscheinend relativ ungünstige Prozesse des Mittel-Ziel-Denkens aufweisen. Bei diesem erstaunlichen Befund scheinen unserer Ansicht nach aber auch wieder Motivationsfaktoren eine Rolle zu spielen.

Denn bei einer Durchsicht der Berufe zeigte sich, daß die älteren Selbstsicheren überwiegend ganztägigen Berufen nachgehen. Unter den jüngeren Selbstsicheren, die anscheinend keine Unterschiede gegenüber den Selbstunsicheren zeigen, befinden sich dagegen vermehrt Lehrer sowie einige Studenten. Diese Probanden zeigen auch mit die günstigsten Werte im MEPS. Wir haben hier die vage Vermutung, daß diese Personen mehr Zeit und vielleicht auch mehr Interesse am Schreiben der Geschichten haben und sich somit keine Motivationsunterschiede gegenüber den Selbstunsicheren zeigen. Anders dagegen die älteren Selbstsicheren, die vermutlich weniger Zeit und eventuell auch weniger Lust haben, ihre Freizeit mit ausführlichem Schreiben von Geschichten zu verbringen.

Konsequenz-Erwartungen

Das Ergebnis, daß selbstunsichere Personen negativere Konsequenzen auf die Äußerung von selbstsicherem Verhalten erwarten, stimmt nur teilweise mit bisherigen Befunden überein. Die widersprechenden Ergebnisse von BORDEWICK & BORNSTEIN (1980), die in ähnlicher Form die Erwartungen erfaßt haben und keine Unterschiede feststellen konnten, lassen sich aber vermutlich darauf zurückführen, daß dort nur eine geringe Zahl (n=5) selbstsicherer Verhaltensweisen vorgegeben wurde.

Aus unserem Ergebnis läßt sich nicht ablesen, ob sich die negativeren Erwartungen auf unterschiedliche Bewertungen möglicher Reaktionen oder unterschiedliche subjektive Wahrscheinlichkeiten für das Eintreten der Konsequenzen beziehen.

Denn bei der Beantwortung der Itemfragen "Was erwarten Sie, wie der andere reagieren wird?" auf der Dimension "negativ vs. positiv" laufen bei den Probanden unserer Ansicht nach folgende Prozesse ab: Einerseits müssen sie sich überlegen, welche Konsequenzen am wahrscheinlichsten sind, andererseits müssen sie diese Reaktionen bewerten, d.h. ob sie eher angenehm oder unangenehm sind.

Bei der Beantwortung der Items nach "negativ vs. positiv" läuft daher u.E. ein Urteilsprozeß ab, in dem diese beiden Faktoren kombiniert sind.

Die Befunde von FIEDLER & BEACH (1978) weisen jedoch in die Richtung, daß Selbstunsichere und Selbstsichere sich in der Bewertung von Konsequenzen nicht unterscheiden, wohl aber die Eintretenswahrscheinlichkeiten unterschiedlich einschätzen.

Dies läßt vermuten, daß auch in unserem Fall die Unterschiede dadurch bedingt sind, daß Selbstunsichere die Wahrscheinlichkeit negativer Reaktionen der Interaktionspartner höher einschätzen als Selbstsichere.

Die Analyse auf Itemebene weist außerdem darauf hin, daß sich diese unterschiedlichen Konsequenz-Erwartungen von Selbstunsicheren und Selbstsicheren nicht bei allen Formen sozial kompetenten Verhaltens zeigen, sondern anscheinend hauptsächlich bei den primär "assertiven" Verhaltensweisen, die sich auf die Durchsetzung von Forderungen oder das Ablehnen von Ansprüchen anderer beziehen. Keine Unterschiede zeigen sich dagegen bei sozial kompetenten Verhaltensweisen, die sich eher auf das Ausdrücken eigener Gefühle beziehen, auch wenn hier stärker "negative" Gefühle wie Ärger, Kränkung oder Traurigkeit angesprochen werden.

In sozialen Situationen können sich die "negativeren" Erwartungen u.E. dahingehend auswirken, daß die selbstunsicheren Personen weniger bereit sind, bestimmte sozial kompetente Reaktionen auszuführen, da ihnen das Risiko ungleich größer erscheint als den Selbstsicheren (s. dazu Kap.II.7.4.).

Selbstermutigungs-Instruktionen

Mit den kognitiven Prozessen der Selbstermutigung wurde ein spezieller Bereich von Selbstverbalisationen herausgegriffen, der in bisherigen Untersuchungen zur Selbstunsicherheit nicht isoliert betrachtet wurde. Daher läßt sich unser Ergebnis, daß Selbstunsichere seltener ermutigende und häufiger entmutigende Selbstgespräche führen als Selbstsichere, nur indirekt mit anderen Studien vergleichen. Die Arbeiten, in denen zwischen positiven und negativen Selbstverbalisationen unterschieden wurde, kommen jedoch zu ähnlichen Ergebnissen (s. SCHWARTZ & GOTTMAN, 1976; CACIOPPO, GLASS & MERLUZZI, 1979).

Im IPKS-Fragebogen werden keine situationsspezifischen Kognitionen erfaßt, die sich direkt auf soziale Situationen beziehen, in denen selbstsicheres Verhalten erforderlich ist. Vielmehr wird nach der allgemeinen Häufigkeit der Selbstgespräche gefragt.

Wir vermuten aber, daß selbstunsichere Personen auch in Situationen, in denen es um die Ausführung sozial kompetenten Verhaltens geht, dieses abweichende Kognitionsmuster zeigen.

Interessant ist, daß diese unterschiedlichen Häufigkeiten von ermutigenden und entmutigenden Selbstverbalisationen offensichtlich nicht spezifisch für selbstunsichere und selbstsichere Personen sind. TÖNNIES & TAUSCH (1981) geben ähnliche Werte für eine Normalstichprobe und eine Gruppe von psychoneurotischen Klienten einer Beratungsstelle an, die jedoch nicht weiter nach der Symptomatik differenziert werden.

In sozialen Situationen können die gestörten Prozesse der Selbstermutigung u.E. dazu führen, daß die Selbstunsicheren angesichts hemmender Faktoren oder unter schwierigen Bedingungen sich nicht zur Ausführung sozial kompetenter Verhaltensweisen "aufraffen" und auch sonst ihre Handlungsausführung nicht unterstützen, sondern sich selbst entmutigen (s. dazu Kap. II.7.5.).

Attribuierungen

Unsere Ergebnisse hinsichtlich generalisierter internaler versus externaler Attribuierungstendenzen legen nahe, daß nur ein geringer Zusammenhang zwischen Selbstunsicherheit und unterschiedlichen Attribuierungsmustern besteht.

Lediglich bei positiven Ereignissen zeigen selbstunsichere Personen eine stärkere Tendenz zu externaler Ursachenzuschreibung als sozial kompetente, d.h. sie führen Erfolge in stärkerem Maße auf äußere Ursachen zurück.

Aus der Korrelationsanalyse läßt sich schließen, daß dieser Zusammenhang auch nur bei Selbstunsicherheit im Kontaktbereich relativ deutlich besteht.

Auch in bisherigen Untersuchungen wurden nur partielle oder sogar keinerlei Zusammenhänge zwischen sozialer Inkompetenz und Attribuierungsmustern festgestellt (DOHERTY & RYDER, 1979; MILLER & ARKOWITZ, 1977). Dies spricht dafür, daß kognitive Attribuierungsprozesse auf der Dimension internal vs. external im Zusammenhang mit Selbstunsicherheit eine weniger bedeutende Rolle spielen.

Überraschend ist das Resultat, daß auch bei selbstsicheren Personen eine Tendenz zu beobachten ist, negative Ereignisse stärker auf sich selbst zurückzuführen. Dies steht im Gegensatz zu Befunden, die dafür sprechen, daß Personen im allgemeinen Erfolg eher internal und Mißerfolg eher external attribuieren (s. MILLER & ARKOWITZ, 1977).

Zu berücksichtigen ist aber, daß in den Items des FEIK die Attribuierungsdimension "stabil versus instabil" unsystematisch mit enthalten ist. Es erscheint uns hier möglich, daß bei der Attribuierung negativer Ereignisse die selbstsicheren Personen stärker auf internale instabile Ursachen wie Anstrengung, Bemühen u.ä. attribuieren, die von ihnen verändert werden können, und die Selbstunsicheren stärker auf internale stabile Ursachen wie Temperament, Eigenschaften u.ä., auf die sie wenig Einfluß haben.

Das könnte bedeuten, daß die internalen Attribuierungstendenzen beider Gruppen bei Mißerfolg ganz unterschiedliche Bedeutung haben und sich auch ganz unterschiedlich auf das Verhalten auswirken können.

Insgesamt muß gesagt werden, daß sich ein attributions-theoretisches Erklärungsmodell von Verhaltensstörungen, das sich nur auf internale Ursachenzuschreibung bei Mißerfolg und externale bei Erfolg stützt, nach unseren Ergebnissen nicht direkt auf den Problembereich sozialer Inkompetenz übertragen werden kann. Damit wird die Einschätzung von MILLER & ARKOWITZ (1977) unterstützt, die vor einer verfrühten Akzeptierung des Modells warnen.

Selbstverstärkung

Kognitive Prozesse der Selbstverabreichung von Konsequenzen wurden in den bisherigen Arbeiten zu Selbstunsicherheit nicht isoliert untersucht. Veränderte Selbstverstärkungsprozesse von selbstunsicheren Personen ließen sich nur indirekt aus den Befunden gestörter Selbstbewertungsprozesse ableiten. Unsere Ergebnisse zeigen dagegen direkter, daß auch die Prozesse der Selbstverstärkung gestört sind, d.h. daß selbstunsichere Personen seltener verstärkende und häufiger bestrafende Selbstgespräche führen als Selbstsichere.

Wie bereits erwähnt, werden im IPKS-Fragebogen keine situationsspezifischen Kognitionen erfaßt, sondern die allgemeine Häufigkeit von Selbstverbalisationen. Wir nehmen aber an, daß sich auch in sozialen Situationen, in denen es um die Ausführung sozial kompetenten Verhaltens geht, diese unterschiedlichen Selbstverstärkungsmuster von Selbstsicheren und Selbstunsicheren zeigen.

Das gefundene Muster von verstärkenden und bestrafenden Selbstgesprächen scheint nicht nur bei selbstunsicheren Personen vorzuliegen, da TÖNNIES & TAUSCH (1981) ähnliche Werte für eine nicht näher spezifizierte Stichprobe von psychoneurotischen Klienten angeben. Es ist jedoch nicht angegeben, wieviel Personen mit Problemen im Bereich Selbstunsicherheit sich darunter befanden.

In sozialen Situationen können sich die gestörten Prozesse der Selbstverstärkung u.E. so auswirken, daß die Selbstunsicheren sich keine zusätzlichen motivationalen Konsequenzen verabreichen, um ihr Verhalten aufrechtzuerhalten, falls externe positive Verstärkungen fehlen oder negative Konsequenzen auftreten, was gerade bei selbstsicheren Verhaltensweisen oft der Fall sein kann. Außerdem werden sie sich bei subjektiv erlebten Mißerfolgen vermutlich vermehrt selbstbestrafende Konsequenzen verabreichen (s. dazu Kap. II.7.7.).

Einfluß von Geschlecht, Alter und Schulbildung

Die durchgeführten Analysen ergaben, daß die Variablen Geschlecht, Alter und Schulbildung nur bei wenigen kognitiven Prozessen einen Einfluß auf die Ausprägung haben und auch nur wenige Wechselwirkungen mit dem Merkmal Selbstsicherheit/-unsicherheit bestehen.

Wir können daher vorsichtig annehmen, daß unsere Ergebnisse weitgehend unabhängig vom Geschlecht, Alter und Schulbildung der Probanden sind.

Die Ergebnisse sind jedoch u.E. mit Vorbehalt zu bewerten.

Einerseits handelt es sich bei den Bedingungsfaktoren Geschlecht, Alter und Schulbildung auch um sogenannte "präexperimentelle Variablen" (STELZL, 1974), so daß nicht ausgeschlossen werden kann, daß sich die Probanden noch hinsichtlich anderer Variablen unterscheiden, die im Sinne von unabhängigen Variablen Einfluß haben.

Andererseits konnten die Probanden nicht gleichmäßig auf die einzelnen Faktorstufenkombinationen aufgeteilt werden. Diese unterschiedlichen Häufigkeiten wurden bei der Berechnung der Varianzanalysen zwar berücksichtigt (s. NIE et al., 1975), jedoch erscheint uns die Repräsentativität zum Teil gefährdet, wenn nur wenige Probanden in einer Zelle erscheinen. Außerdem ist zu berücksichtigen, daß wir bei den Bedingungsfaktoren Alter und Schulbildung nur jeweils zwei Gruppen bilden konnten, die möglicherweise nur eine begrenzte Aussage erlauben. Die Ergebnisse können daher u.E. nur Hinweise auf Einflüsse dieser Faktoren liefern, lassen jedoch keine endgültigen Aussagen zu.

Differentielle Zusammenhänge zwischen Selbstunsicherheit in verschiedenen Problembereichen und den kognitiven Prozessen

Innerhalb unserer Gesamtstichprobe, die Probanden auf dem gesamten Kontinuum von "selbstsicher" bis "unsicher" umfaßt, zeigen sich nur in begrenztem Maße differentielle Zusammenhänge zwischen Selbstsicherheit /-unsicherheit in unterschiedlichen Bereichen und den kognitiven Prozessen.

Dies spricht dafür, daß die meisten der von uns untersuchten kognitiven Prozesse generell relevante Faktoren für Selbstunsicherheit darstellen, unabhängig von dem jeweiligen Inhaltsbereich der Unsicherheit.

Demgegenüber zeigen sich bei der Gruppe selbstunsicherer Klienten deutliche differentielle Zusammenhänge in der Weise, daß in unterschiedlichen Problembereichen das Ausmaß sozialer Inkompetenz mit ganz speziellen Mustern kognitiver Prozesse zusammenhängt.

Die Tatsache, daß zahlreiche Korrelationen nicht signifikant werden oder zum Teil sogar Null-Korrelationen auftreten, zeigt außerdem, daß bei selbstunsicheren Klienten das Ausmaß der Unsicherheit relativ unabhängig von der Ausprägung bestimmter kognitiver Prozesse ist.

Betrachtet man diese Befunde zusammen, so läßt sich u.E. annehmen, daß der Zusammenhang zwischen der Ausprägung der kognitiven Prozesse und dem Grad der Selbstsicherheit/-unsicherheit auf dem gesamten Kontinuum von "sehr selbstsicher" bis "sehr unsicher" nicht gleichförmig ist.

Wir vermuten, daß sich hier unterschiedlich starke Zusammenhänge zeigen, je nachdem ob der Bereich großer sozialer Kompetenz, der Mittelbereich oder der Bereich gestörten Verhaltens betrachtet wird.

Hierfür sprechen auch die hier nicht dargestellten Befunde, daß in der Gruppe der Selbstsicheren andere kognitive Prozesse mit dem Merkmal Selbstsicherheit/-unsicherheit einhergehen als bei den selbstunsicheren Klienten.¹

Die einzelnen Korrelationen sprechen dafür, daß bei selbstsicheren Personen das Ausmaß sozialer Kompetenz in unterschiedlichen Bereichen mit ganz speziellen Mustern kognitiver Prozesse zusammenhängt.

¹ Tabelle mit sämtlichen Korrelationskoeffizienten innerhalb der Gruppe der Selbstsicheren siehe Anhang

Außerdem scheint hohe soziale Kompetenz von der Ausprägung bestimmter kognitiver Prozesse relativ unabhängig zu sein.

Dieses Muster kognitiver Prozesse bei den Selbstsicheren unterscheidet sich von dem bei den Selbstunsicheren. So korreliert beispielsweise in dem Bereich Kontaktfertigkeiten hohe soziale Kompetenz mit bestimmten kognitiven Prozessen, während geringe soziale Kompetenz mit der Ausprägung dieser Prozesse nicht zusammenhängt.

Wir vermuten daher, daß die kognitiven Prozesse ihre Beziehungen zum Ausmaß der Selbstsicherheit/-unsicherheit in verschiedenen Bereichen, bezogen auf das Kontinuum von hoher Selbstsicherheit bis starker Unsicherheit, unterschiedlich stark entfalten.

Wenn unsere Annahme zutrifft, daß diese kognitiven Prozesse bedingende oder aufrechterhaltende Faktoren für Selbstunsicherheit darstellen, so könnte das, vorsichtig interpretiert, bedeuten, daß die Ausprägung der kognitiven Prozesse zwar insgesamt eine Bedingung dafür darstellt, ob sich jemand selbstsicher verhält oder gestörtes Verhalten zeigt, daß aber ihre steuernde Wirkung nicht gleichmäßig stark ist.

Eine Möglichkeit könnte z.B. sein, daß bestimmte Kognitionen einen Einfluß darauf haben, ob sich Personen in einem bestimmten Bereich selbstsicher verhalten. Ab einer bestimmten Ausprägung der Kognitionen verhalten sie sich dann unsicher, während eine noch stärkere Ausprägung dann keinen Einfluß mehr darauf hat, wie stark unsicher sich die Personen verhalten.

Ein Beispiel könnte hier die Häufigkeit selbstentmutigender Selbstgespräche (IPKS-4) sein, die bei den Selbstsicheren mit "Kontaktangst" (U-2) zusammenhängt ($r_s = .35$; $p = 0,05$). Das bedeutet, daß seltene entmutigende Selbstgespräche mit geringer Unsicherheit im Kontakt mit anderen Personen einhergehen. Bei den Selbstunsicheren zeigt sich dagegen kein Zusammenhang ($r_s = .07$), was sich vorsichtig dahingehend interpretieren lassen könnte, daß sehr häufige entmutigende Selbstgespräche keinen Einfluß mehr darauf haben, wie stark die Kontaktangst ist.

Eine andere Möglichkeit könnte sein, daß bis zu einer bestimmten Ausprägung die Kognitionen keinen Einfluß darauf haben, ob sich jemand sehr selbstsicher oder weniger sicher verhält. Erst ab einem bestimmten Grad zeigt sich eine Wirkung, die dann zu selbstunsicherem Verhalten führt und mit dem Ausmaß sozialer Inkompetenz direkt zusammenhängt.

Ein Beispiel könnten hier die negativen Wahrnehmungsverzerrungen in bezug auf verbale Zurückgezogenheit (SeW-AN 4) sein, die bei den Selbstsicheren mit "Kontaktangst" (U-2) und "Fordern-können" (U-3) nicht zusammenhängen ($r_s = .05$ bzw. $r_s = -.06$). Das bedeutet, daß geringe negative Wahrnehmungsverzerrungen keinen Einfluß darauf haben, wie stark selbstsicher jemand im Kontakt mit anderen ist bzw. wie groß seine Fertigkeiten im Bereich "Fordern-können" sind. Bei den Selbstunsicheren zeigt sich dagegen ein deutlicher Zusammenhang ($r_s = .35$, $p = 0,05$ bzw. $r_s = -.43$, $p = 0,01$) was sich vorsichtig so interpretieren lassen könnte, daß stärkere negative Wahrnehmungsverzerrungen in bezug auf verbale Zurückgezogenheit direkt mit dem Ausmaß an "Kontaktangst" bzw. dem Mangel an Fertigkeiten des "Fordern-könnens" zusammenhängen.

Die Korrelationsanalyse innerhalb der Selbstunsicheren-Gruppe zeigt nun, welche einzelnen kognitiven Prozesse direkt mit dem Ausmaß sozialer Inkompetenz in unterschiedlichen Problembereichen im Bereich gestörten Verhaltens zusammenhängen.

Die anderen kognitiven Prozesse, die keine gesicherten Korrelationen aufweisen, scheinen zwar gegenüber selbstsicheren Personen ebenfalls unterschiedlich zu sein, wofür ja der Extremgruppenvergleich spricht,

zeigen aber in diesen Bereichen gestörten Verhaltens keinen direkten Zusammenhang mit dem Ausmaß sozialer Inkompetenz.

Unter der Annahme, daß diese kognitiven Prozesse bedingende Faktoren für Selbstunsicherheit darstellen, ließe sich für eine therapeutische Veränderung aus unseren Überlegungen vorsichtig ableiten, daß es zunächst sinnvoll wäre, diejenigen Kognitionen zu verändern, die direkt mit dem Ausmaß sozialer Inkompetenz bei Selbstunsicheren zusammenhängen, da hierdurch eine Veränderung in Richtung größerer Selbstsicherheit am ehesten zu erwarten ist. In zweiter Linie könnten dann die Kognitionen berücksichtigt werden, die zwar auch zwischen Selbstsicheren und Selbstunsicheren differenzieren, ihre steuernde Wirkung aber anscheinend mehr im Normalbereich bzw. im Bereich hoher sozialer Kompetenz entfalten.

Unsere Überlegungen über unterschiedlich starke steuernde Einflüsse der kognitiven Prozesse stellen allerdings mehr Hypothesen dar, die durch differenziertere Analysen noch näher überprüft werden müßten.

3. Gültigkeitsbereich der Ergebnisse

Bevor aus den Ergebnissen weitergehende Schlußfolgerungen oder Konsequenzen gezogen werden, sollen einige Überlegungen zum Gültigkeitsbereich der Befunde angestellt werden.

In Anlehnung an CAMPBELL & STANLEY (1963; s. auch SCHWARZ, 1970), die für experimentelle Anordnungen zwischen innerer und äußerer Gültigkeit unterscheiden, wollen wir einerseits Störvariablen diskutieren, die die Ergebnisse beeinflusst bzw. verfälscht haben können, und andererseits die Generalisierbarkeit der Befunde erörtern. Einige der Punkte wurden bereits in vorangegangenen Kapiteln erwähnt, sollen hier jedoch noch einmal zusammenfassend diskutiert werden.

3.1. Störvariablen

Die praktische Durchführung der Befragung fand nicht unter kontrollierten Bedingungen statt, sondern die Probanden beantworteten die Fragebogen in ihrer jeweiligen Umgebung und über unterschiedliche Zeiträume hinweg. Daher ist nicht auszuschließen, daß eine Reihe unspezifischer Störfaktoren die Beantwortung beeinflusst haben. Andererseits ließ es sich wegen des hohen Zeitaufwandes für das Ausfüllen der Fragebogen und wegen der relativ großen Probandenzahl unserer Ansicht nach nicht vertreten, die Erhebung unter kontrollierten Laborbedingungen durchzuführen.

Da als Meßinstrumente Fragebogen verwendet wurden, können Antworttendenzen die Ergebnisse verfälscht haben. Von den möglichen "Response-Sets" könnte vor allem eine Tendenz zu sozial erwünschten Antworten eine Rolle gespielt haben.

Aufgrund des unterschiedlichen Meßzwecks für die Klientengruppe und die Normalstichprobe erwarteten wir für beide Gruppen unterschiedliche "Meßintentionen" (SADER & KEIL, 1966), d.h. Einstellungen und Vorannahmen, die sich indirekt oder direkt über absichtliche Verfälschungstendenzen auf die Ergebnisse ausgewirkt haben können.

In der Normalstichprobe erwarteten wir Tendenzen zur Dissimulation oder Verfälschungen in Richtung auf "guten Eindruck", die wir jedoch durch Hinweise in den Instruktionen und durch die Anonymität der Befragung auszuschalten versuchten.

Für die Klientengruppe, in der die Befragung eine Eingangsvoraussetzung zur Therapie darstellte, erwarteten wir dagegen eher Tendenzen zur Simulation oder zur Darstellung eines therapiebedürftigen Zustandes. Wieweit diese Tendenzen durch die Instruktionen ausgeschaltet werden konnten, läßt sich allerdings nicht überprüfen.

Bei der Gruppe der Selbstunsicheren nehmen wir eine höhere Motivation der Probanden zum Ausfüllen der Fragebogen an, da die Beantwortung eine Eingangsvoraussetzung für die Therapie darstellte.

Bei den Selbstsicheren vermuten wir dagegen eine etwas geringere Motivation, da die Anreize relativ gering waren und die Beantwortung einen ziemlich großen Zeitaufwand erforderte. Personen mit sehr geringer Motivation haben die Fragebogen aber wahrscheinlich gar nicht erst ausgefüllt.

Die von uns angenommenen leichten Motivationsunterschiede scheinen bei dem MEPS-Verfahren einen gewissen Einfluß ausgeübt zu haben. Bei den anderen Meßverfahren ergeben sich allerdings keine direkten Hinweise auf mögliche Einflüsse.

Die Gültigkeit der Ergebnisse kann durch Faktoren beeinflusst worden sein, die sich aus der Nicht-Standardisierung der Meßinstrumente ergeben. Einige der Meßinstrumente zur Erfassung kognitiver Prozesse wurden speziell für diese Untersuchung konstruiert. Zwar wurden in Item-Analysen erste Überprüfungen der Item-Gütekriterien unternommen, jedoch fehlen Kontrollen der teststatistischen Gütekriterien wie Reliabilität und Validität. Darüberhinaus gingen

in die Untersuchungsstichprobe zur Item-Analyse unsere Untersuchungsgruppen mit ein, so daß systematische Fehler nicht ausgeschlossen werden können.

Aber auch bei den bereits entwickelten und von uns übernommenen Meßinstrumenten fehlen weitgehend Angaben zu teststatistischen Gütekriterien.

Diese Vorläufigkeit der Erfassungsmethoden spiegelt jedoch u.E. einerseits den Stand der Meßmethodik in der Psychotherapieforschung wider, andererseits die Probleme, die sich speziell in der Erforschung kognitiver Prozesse ergeben. Wir denken dabei in erster Linie an die Schwierigkeiten der Validierung von Erfassungsmethoden interner Prozesse.

Die Auswertungsobjektivität fast aller verwandten Meßinstrumente kann als hoch bezeichnet werden, da die Antworten der Probanden direkt in quantifizierter Form vorliegen. Durch Verwendung von Schablonen und regelmäßige Kontrollen sollten zufällige Auswertungsfehler vermieden werden.

Lediglich für das MEPS-Verfahren ist keine optimale Auswertungsobjektivität gegeben (s.Kap.IV.5.4.2.).

Durch den Einsatz von zwei Auswertern und die nachträgliche Diskussion und Einigung auf eine endgültige Auswertung sollten jedoch zumindest systematische Fehler ausgeschaltet werden.

Durch die Berechnung von mehreren einzelnen Mittelwertsvergleichen zwischen den Gruppen erhöht sich das Risiko "zufälliger Signifikanzen". Unsere Ergebnisse sind jedoch überwiegend auf dem 1% und 0,1%-Niveau signifikant, so daß die Wahrscheinlichkeit zufälliger Signifikanzen relativ gering ist. Die Sicherheit der Entscheidungen wird zusätzlich dadurch erhöht, daß für die Einzelvergleiche theoretisch abgeleitete Hypothesen formuliert wurden, die a priori bestimmte Zusammenhänge postulierten.

3.2. Generalisierbarkeit

Um die Generalisierbarkeit der Ergebnisse einschätzen zu können, ist einerseits die Frage nach der Repräsentativität der Stichproben zu beantworten.

Die Gruppe der Selbstunsicheren bestand aus Klienten, die sich zu einem Selbstsicherheitstraining angemeldet hatten. Obwohl die "Hemmschwelle" zur Therapie im Vergleich zu den üblichen Therapieangeboten in diesem Fall vielleicht etwas niedriger gewesen ist - aufgrund der Anzeigenwerbung und der kostenlosen Durchführung - läßt die Teilnahme unserer Ansicht nach den Schluß auf das Vorliegen eines therapiebedürftigen Problemzustandes im Bereich Selbstunsicherheit zu. Hierfür sprechen auch die Meßwerte in den Kriterienmaßen für Selbstunsicherheit, die einer klinischen Gruppe von sozial-phobischen Patienten entsprechen. Die Schlußfolgerung, daß unsere Stichprobe mit einer klinischen Gruppe selbstunsicherer Klienten vergleichbar ist, wurde durch Beobachtungen in den einzelnen Therapiesitzungen zusätzlich unterstützt.

Die Gruppe der Selbstsicheren bestand aus Personen, die sich freiwillig zur Teilnahme an dieser wissenschaftlichen Untersuchung bereit erklärt hatten. Die Schlußfolgerung, daß unsere Stichprobe mit einer Extremgruppe selbstsicherer Personen vergleichbar ist, stützt sich auf die Meßwerte in den Kriteriumsmaßen für Selbstunsicherheit, die deutlich unter den Werten einer "Normalstichprobe" liegen.

Die Verteilung der Variable Geschlecht war in beiden Gruppen sowie in der Gesamtstichprobe nicht gleichmäßig, sondern leicht zugunsten des weiblichen Geschlechts verschoben.

Das Ungleichgewicht war jedoch nicht so groß, daß die Ergebnisse nur auf weibliche Populationen verallgemeinert werden könnten.

Hinweise darauf, daß die Ergebnisse abhängig vom Geschlecht sind, ergaben sich nur bei wenigen Variablen.

Die Verteilung der Variable Schulbildung war in beiden Gruppen und in der Gesamtstichprobe nicht gleichmäßig, sondern Personen mit höherer Schulbildung (mittlere Reife und Abitur) stellten den überwiegenden Anteil dar.

Diese Ungleichgewichtigkeit läßt sich auf die Selbst-Selektivität unserer Stichproben zurückführen und spiegelt sicher zum Teil wider, daß psychotherapeutische Angebote vermehrt von Personen mit höherem Bildungsniveau angenommen werden und auch die Bereitschaft zur Teilnahme an wissenschaftlichen Untersuchungen abhängig vom Bildungsgrad ist.

Eine Generalisierung der Befunde auf Personen mit niedrigerem Bildungsgrad kann daher nur mit Vorbehalt erfolgen. Andererseits liegen nach unseren Analysen keine direkten Anhaltspunkte vor, die gegen eine derartige Verallgemeinerung sprechen.

Trotz des vermehrten Anteils von Personen mit höherer Schulbildung war die Bandbreite des sozialen Milieus in beiden Gruppen und in der Gesamtstichprobe sehr groß. Als eine Variable des sozialen Milieus wurde die Art der Berufstätigkeit erfaßt, die in einem weiten Bereich streute: z.B. Landwirte, Angestellte, Beamte, Hausfrauen, Lehrer, Schüler, Studenten, Krankenschwestern, Ärzte u.ä..

Im Unterschied zu vielen Studien, die nur mit studentischen Probanden durchgeführt wurden, können unsere Ergebnisse daher auf Personen aus unterschiedlichem sozialen Milieu generalisiert werden.

Die Altersverteilung war in beiden Gruppen und in der Gesamtstichprobe relativ gleichmäßig. Die Bandbreite reicht von 16 bis über 45 Jahre, und alle Altersklassen sind ziemlich gleich stark vertreten. Zwar entspricht dies keiner repräsentativen Bevölkerungsstichprobe, jedoch läßt sich annehmen, daß die Ergebnisse auf Personen unterschiedlichen Alters verallgemeinert werden können. Hinweise auf differentielle Einflüsse des Alters ergaben sich nur bei einigen wenigen Variablen.

Eine weitere Frage der Generalisierbarkeit geht dahin, wieweit die Ergebnisse auf andere Bereiche sozialer Inkompetenz übertragbar sind.

Die als Kriteriumsmaße zugrundegelegten Meßinstrumente erfassen Selbstunsicherheits-Probleme in verschiedenen Bereichen.

Neben primär assertiven Fertigkeiten wie z.B. "Forderungen durchsetzen" oder "Anforderungen ablehnen" werden auch Probleme wie "Angst vor Mißerfolg und Kritik" sowie Fertigkeiten im Umgang mit anderen Personen erfaßt. Das bedeutet, daß verschiedene Teilbereiche sozialer Inkompetenz bzw. sozialer Fertigkeiten in unserer Untersuchung einbezogen wurden, wobei sogenannte "negative" und "positive" selbstsichere Verhaltenskompetenzen mit eingeschlossen sind.

Unsere Ergebnisse legen nahe, daß in den einzelnen Teilbereichen sozialer Inkompetenz zum Teil differentielle Zusammenhänge mit den untersuchten kognitiven Prozessen bestehen. Von daher erscheint uns eine Übertragung auf andere Selbstunsicherheits-Bereiche nicht generell möglich, sondern die speziellen Beziehungen müßten jeweils einzeln geprüft werden.

Ein weiterer Aspekt der Generalisierbarkeit besteht darin, wieweit die Ergebnisse auf spezifische konkrete Situationen übertragen werden können.

Die von uns verwendeten Meßinstrumente erfassen Kognitionen auf unterschiedlichem Allgemeinheitsgrad.

Teilweise werden eher generalisierte kognitive Muster erfaßt, die relativ unabhängig von situativen Bezügen sind und sich in ähnlicher Weise in verschiedenen Situationen zeigen, z.B. Selbstwahrnehmung, Attributions-tendenzen, Selbstermutigungs-Instruktionen. Zum Teil werden auch kognitive Prozesse erfaßt, die sich stärker auf konkrete Situationen beziehen, z.B. Konsequenz-Erwartungen. Aber auch hier handelt es sich um hypothetische Situationen, die nicht mit den realen Problemsituationen der Probanden übereinstimmen müssen.

Generell wird durch unsere Form der Erfassung von kognitiven Prozessen, nämlich durch Fragebogen, von der möglichen Situationsspezifität interner Vorgänge weitgehend abgesehen. Die erfaßten Prozesse beziehen sich mehr auf situationsübergreifende kognitive Muster, die in unterschiedlichen Problemsituationen auftreten. Wieweit diese allgemeineren Muster durch situative Bedingungen modifiziert werden, muß zunächst offen bleiben. Eine direkte Übertragung der Ergebnisse auf konkrete Situationen, ohne eine gewisse Variabilität zu berücksichtigen, erscheint uns jedoch nicht möglich.

4. Theoretische Bedeutung der Ergebnisse

Unsere Ergebnisse zeigen, daß selbstsichere und selbstunsichere Personen sich durch eine Reihe unterschiedlicher kognitiver Prozesse auszeichnen. Dies spricht für die Annahme, daß diese kognitiven Prozesse eine bedeutsame Rolle für Probleme mangelnder sozialer Kompetenz spielen.

Aus der Art unseres Versuchsplans läßt sich zwar keine bedingende oder "ursächliche" Funktion der Kognitionen für Selbstunsicherheit belegen, jedoch erhält ein kognitives Erklärungsmodell sozialer Inkompetenz indirekte Unterstützung.

Unsere Arbeit kann dagegen nicht als Falsifizierung anderer Erklärungshypothesen verstanden werden, da wir darauf verzichtet haben, Variablen mit einzubeziehen und zu überprüfen, die für alternative Erklärungsmodelle sprechen könnten. Wir haben im theoretischen Teil allerdings dargelegt, daß die Erklärungskraft dieser Modelle, insbesondere auch des konkurrierenden lern-theoretischen Verhaltens-Defizit-Modells, nur begrenzt ist, und sie offensichtlich nur bei einem gewissen Teil der Klienten mit Selbstunsicherheits-Problemen zutreffen. Auf der anderen Seite scheint es aber auch so zu sein, daß kein Modell als alleinige Erklärungshypothese ausreichend ist. Unser Ziel bestand daher nicht darin, diese Modelle miteinander zu vergleichen, sondern unterstützende Belege für ein kognitives Erklärungsmodell zu liefern.

Die von uns spezifizierten kognitiven Prozesse wurden aus Überlegungen darüber entwickelt, aus welchen Bausteinen ein noch zu entwickelndes kognitives Modell sozialer Kompetenz bestehen könnte, wobei wir handlungstheoretischen Modellen eine wesentliche Bedeutung zugesprochen haben.

Die Tatsache, daß diese kognitiven Prozesse sich weitgehend als relevante Faktoren herausstellten, die im Zusammenhang mit Selbstunsicherheit stehen, spricht unserer Ansicht nach für die Möglichkeit, die aufgeführten unterschiedlichen Modelle zu einem integrativen Modell sozialer Kompetenz zusammenzufassen.

Ein derartiges Modell würde mit Auffassungen übereinstimmen, die soziale Kompetenz als komplexe Fertigkeit aus sensorischen, informationsverarbeitenden und motorischen Mechanismen betrachten (s. z.B. TROWER, 1979). Nach LINEHAN (1979) müßten hier auch noch Erregungs-Bewältigungs-Fertigkeiten hinzugerechnet werden.

Die einzelnen Teilfertigkeiten scheinen aber nicht gleich wichtig zu sein, da die bisherigen Forschungen u.E. die Bedeutung eines mangelnden Verhaltensrepertoires für Selbstunsicherheit eingeschränkt haben.

Unsere Ergebnisse unterstützen vielmehr die Auffassung, daß ein mangelndes oder gestörtes kognitives "Repertoire" eine wichtige Rolle spielt.

Unsere Befunde geben über die bisherigen Untersuchungen hinaus Hinweise darauf, welche einzelnen kognitiven Teilprozesse hier von Bedeutung sind.

Weitere Forschungen müßten zeigen, welche zusätzlichen kognitiven Prozesse wichtig sein können.

5. Implikationen für die Praxis

Wir wollen im folgenden kurz die möglichen Konsequenzen skizzieren, die sich unserer Ansicht nach aus unseren Ergebnissen für die therapeutische Praxis bei Problemen im Bereich sozialer Inkompetenz ergeben. Auf detailliertere Überlegungen, wie eine Umsetzung unserer Vorschläge u.E. konkret aussehen könnte, wollen wir hier weitgehend verzichten.

Bei den bisherigen kognitiv-orientierten therapeutischen Ansätzen zum Problembereich der Selbstunsicherheit zeigt sich aufgrund der weitgehenden Orientierung an den kognitiven Therapietheorien und -ansätzen von ELLIS (1977a, 1979), MEICHENBAUM (1977, 1979) und BECK (1970, 1979) eine Beschränkung auf bestimmte Teilaspekte kognitiver Muster wie etwa irrationale Ideen oder negative Selbstgespräche.

Unsere Ergebnisse legen dagegen nahe, daß ein viel breiteres Spektrum von kognitiven Prozessen im Zusammenhang mit Selbstunsicherheit relevant ist und somit auch als Ansatzpunkte therapeutischer Veränderungen mit berücksichtigt werden sollte.

Als Konsequenzen für Therapieansätze bei Problemen sozialer Inkompetenz schlagen wir daher eine umfassende individuelle Diagnostik der dysfunktionalen Kognitionen vor.

Unserer Ansicht nach ist es günstig, diese diagnostische Phase nicht bereits vollständig am Anfang einer Therapie zu durchlaufen, sondern sie schrittweise auf mehrere Sitzungen zu verteilen, um bereits am Anfang therapeutische Veränderungen zu initiieren.

Wichtig erscheint uns hierbei, im Sinne einer Breitbanddiagnostik den Bereich möglicher unangemessener kognitiver Muster möglichst weit zu spannen und nicht durch theoretische Vorannahmen oder ausbildungsspezifische Therapiekenntnisse bereits a priori einzugrenzen. Unsere Befunde liefern Anhaltspunkte dafür, welche unterschiedlichen kognitiven Prozesse hier u.a. berücksichtigt werden sollten.

Zur Erfassung dieser Prozesse können z.B. die in unserer Arbeit eingesetzten und zum Teil von uns neu entwickelten Verfahren eingesetzt werden. Im Sinne dieser Breitbanddiagnostik sollten jedoch die Erhebungsmethoden nicht auf strukturierte Verfahren wie Fragebogen beschränkt bleiben, sondern auch eher unstrukturierte Methoden wie Interview, "lautes Denken", Video-Rekonstruktionen u.ä. mit einschließen, um neben allgemeineren kognitiven Mustern auch die situationsspezifischen Ausprägungen zu erfassen.

Es erscheint uns jedoch möglich, die von uns verwandten Meßverfahren teilweise auch zur Erfassung situationsspezifischer Kognitionen einzusetzen. So könnten z.B. die von uns neu entwickelten Inventare zur Erfassung der Selbstwahrnehmung, der Fremdwahrnehmung und des Anspruchsniveaus auch in konkreten problematischen Situationen eingesetzt werden.

Ebenso könnten aus dem von uns entwickelten "Fragebogen zur Erfassung von Konsequenz-Erwartungen" Hinweise auf situationsspezifische Kognitionen gewonnen werden, indem überprüft wird, wieweit die beschriebenen Situationen mit den konkreten Problemsituationen der Klienten übereinstimmen.

Nebenbei sei bemerkt, daß neben der Erfassung von kognitiven Prozessen auch die Möglichkeit eingeschlossen werden muß, daß einige Klienten aufgrund eines mangelnden Verhaltensrepertoires, konditionierter Angstreaktionen oder anderer Bedingungen Probleme im Bereich sozialer Kompetenz haben. In der diagnostischen Phase sollten daher auch diese Bereiche überprüft werden.

Im Verlauf dieses diagnostischen Prozesses kann für jeden Klienten ein individuelles Bild seiner spezifischen dysfunktionalen kognitiven Muster erarbeitet werden.

Unter der Annahme, daß damit entscheidende Bedingungen für Selbstunsicherheits-Probleme erfaßt sind, ergibt sich als primäres Ziel therapeutischer Interventionen die Veränderung dieser kognitiven Prozesse.

Während die bisher eingesetzten Methoden und Techniken sich vorrangig auf wenige Bereiche kognitiver Prozesse bezogen, ergibt sich nach unseren Befunden die Notwendigkeit, kognitive Prozesse wie Wahrnehmungsvorgänge, Standardsetzungen, Erwartungen, Attribuierungstendenzen, Selbstermutigungs- und Selbstverstärkungsprozesse zu verändern.

Die therapeutischen Ziele bei selbstunsicheren Personen könnten danach u.a. darin bestehen, eine realistischere Selbstwahrnehmung des eigenen Verhaltens zu erzielen, die Diskrepanzen zwischen Ansprüchen an das eigene Verhalten und der Ist-Lage zu reduzieren, die Erwartungen über mögliche Konsequenzen auf selbstsicheres Verhalten zu überprüfen, die Ursachenzuschreibungen bei Erfolgen stärker in Richtung

Internalität zu verändern, selbstermutigende Selbstgespräche aufzubauen und entmutigende zu reduzieren sowie die Häufigkeit verstärkender Selbstverbalisationen zu erhöhen und bestrafende Selbstgespräche zu reduzieren.

Hierzu müßte geklärt werden, wieweit die vorhandenen therapeutischen Methoden auch auf diese Prozesse angewendet bzw. modifiziert werden können oder ob spezifische neue Techniken entwickelt werden müssen.

Damit verbunden ist das grundsätzliche Problem, wie kognitive Prozesse überhaupt verändert werden können und welche Methoden hierfür geeignet sind. So meint etwa SCHULTE (1977), daß kognitive Prozesse zumeist als Produkt früherer Erfahrungen und gegenwärtiger Umweltstimuli betrachtet werden können und somit auch durch Vermittlung neuer Erfahrungen veränderbar sein müssen. Hierbei greift er auf verhaltenstherapeutische Methoden wie Selbstbeobachtung, Feedback durch den Therapeuten, Modellernen, Verstärkung u.ä. zurück. Andere Autoren (z.B. ELLIS, 1979; BECK, 1979) betonen dagegen stärker verbale Diskussions- und Disputations-techniken, um eine Umstrukturierung unangemessener Kognitionen zu erreichen.

Wenn sich die therapeutischen Interventionen primär an der Veränderung kognitiver Prozesse orientieren, sollte bei der Effektivitätsüberprüfung neben Veränderungen des problematischen Verhaltens auch registriert werden, wieweit sich die Kognitionen des Klienten verändert haben.

Hier ließen sich z.B. auch die in unserer Arbeit verwandten Meßverfahren einsetzen.

Die Überprüfung von Veränderungen der kognitiven Prozesse erscheint uns besonders wichtig, denn nur so sind Schlußfolgerungen auf die Wirksamkeit der kognitiven Methoden und auf die Angemessenheit der kognitiven Erklärungshypothesen möglich.

VII. ZUSAMMENFASSUNG

Das Ziel unserer Arbeit bestand darin, relevante kognitive Prozesse zu identifizieren, die in Zusammenhang mit Selbstunsicherheit oder mangelnder sozialer Kompetenz stehen.

Den Ausgangspunkt unserer Untersuchung bildeten Überlegungen zur Tragfähigkeit unterschiedlicher Erklärungsmodelle für Selbstunsicherheit. Unsere Überprüfung der empirischen Belege für die gegenwärtig vorherrschenden Erklärungsmodelle, nämlich des lerntheoretischen Verhaltens-Defizit-Modells und unterschiedlicher kognitiver Erklärungsansätze, sprach mehr für Modelle, die kognitiven Prozessen eine entscheidende Rolle zusprechen. Die bedingende und aufrechterhaltende Funktion der Kognitionen wird dabei darin gesehen, daß durch sie die Ausführung verfügbarer selbstsicherer Verhaltensweisen verhindert wird.

Angesichts der unterschiedlichen theoretischen Grundlagen der vorhandenen kognitiven Erklärungsansätze wurde versucht, Bausteine eines noch zu entwickelnden kognitiven Modells sozialer Kompetenz aufzuzeigen, wobei handlungstheoretischen Modellen eine besondere Bedeutung zugesprochen wurde.

Ausgehend von diesen Überlegungen wurden verschiedene kognitive Prozesse spezifiziert, die für die Ausführung selbstsicheren Verhaltens von Bedeutung sein können.

Unsere Annahme, daß diese Prozesse relevante Faktoren für Probleme sozialer Inkompetenz darstellen sowie differentielle Zusammenhänge in unterschiedlichen Inhaltsbereichen der Selbstunsicherheit zeigen, wurde durch einen Vergleich von selbstsicheren und selbstunsicheren Personen sowie durch Analysen innerhalb einzelner Gruppen überprüft.

Hierzu wurden aus einer Gesamtstichprobe von 131 Probanden zwei Extremgruppen gebildet, nämlich eine Gruppe von selbstunsicheren Klienten ($N=35$) und eine Gruppe von selbstsicheren "Normalen" ($N=35$).

Die Erfassung der zu untersuchenden Kognitionen erfolgte mit Hilfe von Verfahren, die sich auf die verbalen Selbstberichte der Personen stützen. Hierbei wurden vor allem strukturierte Fragebogen und Schätzskalen eingesetzt, wobei neben bereits vorhandenen Verfahren von uns neu entwickelte Verfahren zugrunde gelegt wurden. Die von uns entwickelten Erfassungsmethoden wurden ersten Analysen hinsichtlich der Item-Gütekriterien und der faktoriellen Struktur unterzogen.

Der Vergleich zwischen Selbstsicheren und Selbstunsicheren ergab, daß beide Gruppen sich hinsichtlich zahlreicher kognitiver Prozesse unterscheiden.

Die Selbstunsicheren zeigen in bezug auf ihr Verhalten in sozialen Situationen eine negativ verzerrte Selbstwahrnehmung und erleben größere Diskrepanzen zwischen ihrem Anspruchsniveau und der wahrgenommenen Ist-Lage ihres Verhaltens als Selbstsichere.

Auf das Äußern selbstsicherer Verhaltensweisen erwarten Selbstunsichere negativere Konsequenzen als Selbstsichere.

Außerdem zeigen sozial Inkompetente ungünstigere Muster der Selbstgespräche, die sich auf kognitive Prozesse der Selbstermutigung und der Selbstverstärkung beziehen. Sie äußern einerseits häufiger entmutigende und bestrafende Selbstverbalisationen, andererseits seltener ermutigende und verstärkende Selbstgespräche als selbstsichere Personen.

In bezug auf generalisierte Attribuierungstendenzen zeigen Selbstunsichere nur bei Erfolg eine stärkere Tendenz zu externaler Ursachenzuschreibung, während bei Mißerfolgen ihr Attribuierungsmuster sich nicht von denen der Selbstsicheren unterscheidet.

Keine Gruppenunterschiede ergaben sich in bezug auf Prozesse des Mittel-Ziel-Denkens, die als wichtiger Bestandteil interpersonell-kognitiver Problemlösefertigkeiten angesehen werden.

Diese unterschiedlichen kognitiven Muster der Selbstsicheren und Selbstunsicheren scheinen nach unseren vorläufigen Analysen weitgehend unabhängig vom Geschlecht, Alter und Schulbildung der Personen zu sein.

Die von uns vermuteten differentiellen Zusammenhänge zwischen kognitiven Prozessen und Selbstunsicherheit in unterschiedlichen Inhaltsbereichen, nämlich "Fehlschlag- und Kritikangst", "Kontaktangst", "Fordern können" und "Nicht-nein-sagen-können", zeigten sich nur in begrenztem Maße innerhalb unserer Gesamtstichprobe, in der Probanden auf dem gesamten Kontinuum von "sehr selbstsicher" bis "sehr unsicher" zusammengefaßt sind.

Innerhalb der Gruppe selbstunsicherer Klienten zeigen sich dagegen deutlichere differentielle Zusammenhänge in der Weise, daß in einzelnen Inhaltsbereichen das Ausmaß sozialer Inkompetenz mit ganz bestimmten Mustern kognitiver Prozesse einhergeht, während zu anderen kognitiven Prozessen keine gesicherten oder Null-Korrelationen bestehen.

Unter Einbeziehung bisheriger Befunde wurden unsere Ergebnisse kritisch bewertet und interpretiert. Unter Berücksichtigung des Gültigkeitsbereichs unserer Befunde wurde die theoretische Bedeutung der Ergebnisse, insbesondere für ein kognitives Erklärungsmodell der Selbstunsicherheit, erörtert. Den Abschluß bilden mögliche Konsequenzen für die therapeutische Praxis im Umgang mit Problemen sozialer Inkompetenz.

VIII. LITERATURVERZEICHNIS

- ALBERTI, R.E. & EMMONS, M.L.: Your perfect right:
A guide to assertive behavior.
San Luis Obispo, C.A.: Impact Press, 1974.
- ALDEN, L. & SAFRAN, J.: Irrational beliefs and nonassertive behavior. Cogn. Ther. & Res., 1978, 2,
357 - 364.
- ALDEN, L., SAFRAN, J. & WEIDEMAN, R.: A comparison of
cognitive and skills training strategies in the
treatment of unassertive clients. Beh. Ther.,
1978, 9, 843 - 846.
- ARGYLE, M.: The psychology of interpersonal behavior.
Harmondsworth: Penguin Books, 1967.
- ARGYLE, M.: Soziale Interaktion. Köln: Kiepenheuer &
Witsch, 1972.
- ARGYLE, M. & KENDON, A.: The experimental analysis of
social performance. In: Berkowitz, L. (Ed.):
Advances in experimental social psychology (Vol. 3).
New York: Academic Press, 1967.
- ARKOWITZ, H.: Measurement and modification of minimal
daiting behavior. In: Hersen, M., Eisler, R.M. &
Miller, P.M. (Eds.): Progress in behavior
modification. Vol. 5. New York: Academic Press,
1977.
- ARKOWITZ, H., LICHTENSTEIN, E., McGOVERN, K. & HINES, P.:
The behavioral assessment of social competence
in males. Beh. Ther., 1975, 6, 3 - 13.
- BANDER, K.W., STEINKE, G.V., ALLEN, G.J. & MOSHER, D.L.:
Evaluation of three dating-specific treatment
approaches for heterosexual dating anxiety.
J. of Cons. & Clin. Psych., 1975, 43, 259 - 265.
- BANDURA, A.: Principles of behavior modification.
New York: Holt, Rinehart & Winston, 1969.
- BANDURA, A.: Vicarious and self-reinforcement processes.
In: Glaser, R. (Ed.): The nature of reinforcement.
New York: Academic Press, 1971.
- BANDURA, A.: Self-efficacy: Toward a unifying theory of
behavioral change. Psych. Review, 1977, 84,
191 - 215.

- BANDURA, A.: The self system in reciprocal determinism. American Psychologist, 1978, 33, 344 - 358.
- BANDURA, A.: Sozial-kognitive Lerntheorie. Stuttgart: Klett-Cotta, 1979.
- BASTEN, M., BEHNINGER, H., BORGART, J., KASSEBROCK, F. & KÖRNER, W.: Die Effektivität verschiedener kognitiver Elemente beim Training sozialer Kompetenz. Unveröff. Diplomarbeit. Univ. Münster, 1977.
- BECK, A.T.: Cognitive Therapy: Nature and relation to behavior therapy. Beh. Ther., 1970, 1, 184 - 200.
- BECK, A.T.: Depression: Causes and treatment. Philadelphia: University of Pennsylvania Press, 1972.
- BECK, A.T.: Wahrnehmung der Wirklichkeit und Neurose. München: Pfeiffer, 1979.
- BECK, A.T. & GREENBERG, R.L.: Kognitive Therapie bei der Behandlung von Depressionen. In: Hoffmann, N. (Hrsg.): Grundlagen kognitiver Therapie. Bern: Huber, 1979.
- BELLACK, A.S.: Behavioral assessment of social skills. In: Bellack, A.S. & Hersen, M. (Eds.): Research and practice in social skills training. New York: Plenum Press, 1979.
- BELLACK, A.S. & HERSEN, M.: Behavior modification. An Introductory Textbook. Baltimore: Williams & Wilkins Comp., 1977 a.
- BELLACK, A.S. & HERSEN, M.: Self-report inventories in behavioral assessment. In: Cone, J.D. & Hawkins, R.P. (Eds.): Behavioral assessment: New directions in clinical psychology. New York: Brunner/Mazel, 1977 b.
- BELLACK, A.S., HERSEN, M. & TURNER, S.M.: Role-play tests for assessing social skills: Are they valid? Beh. Ther., 1978, 9, 448 - 461.
- BELLACK, A.S., HERSEN, M. & TURNER, S.M.: Relationship of role playing and knowledge of appropriate behavior to assertion in the natural environment. J. of Cons. & Clin. Psych., 1979, 47, 670 - 678.

- BEULE, P., EICHHARDT, B., KLEIBER, D., OFFE, S. & BAADE, F.: Rational-emotive Therapie in der Diskussion. Mitteilungen der DGVT, 1978, 10, 559 - 584.
- BÖLLNER, G., TAUSCH, A.M. & TAUSCH, R.: Selbst-kommunikation von psychiatrischen Patienten, körperlich Erkrankten und gesunden Personen, Zusammenhang mit Persönlichkeitsmerkmalen. Z. f. Klin. Psych., 1975, 4, 101 - 111.
- BOLLES, R.C.: Reinforcement, expectancy, and learning. Psych. Review, 1972, 79, 394 - 409.
- BOLLES, R.C.: Cognition and motivation: Some historical trends. In: Weiner, B. (Ed.): Cognitive views of human motivation. New York: Academic Press, 1974.
- BONEAU, C.A.: The effects of violations of assumptions underlying the t-Test. In: Steger, J.A.: Readings in statistics. New York: Holt, Rinehart and Winston, 1971.
- BORDEWICK, M.C. & BORNSTEIN, P.H.: Examination of multiple cognitive response dimensions among differentially assertive individuals. Beh. Ther., 1980, 11, 440 - 448.
- BORKOVEC, T.D., FLEISCHMANN, D.J. & CAPUTO, J.A.: The measurement of anxiety in an analogue social situation. J. of Cons. & Clin. Psych., 1973, 41, 157 - 161.
- BORKOVEC, T.D., STONE, N.M., O'BRIEN, G.T. & KALOUPEK, D.G.: Evaluation of a clinically relevant target behavior for analog outcome research. Beh. Ther., 1974, 5, 503 - 513.
- BORTZ, J.: Lehrbuch der Statistik. Berlin: Springer, 1979.
- BRAUN, P. & TITTELBACH, E.: Verhaltenstherapie. In: Pongratz, L.J. (Hrsg.): Handbuch der Psychologie. Bd. 8. Klinische Psychologie. 2. Halbband. Göttingen: Hogrefe, 1978.
- BRUCH, M.A.: A task analysis of assertive behavior revisited: Replication and extension. Beh. Ther., 1981, 12, 217 - 230

- CACIOPPO, J.T., GLASS, C.R. & MERLUZZI, T.V.:
Self-statements and self-evaluations: A
cognitive-response analysis of heterosocial
anxiety. *Cogn. Ther. & Res.*, 1979, 3,
249 - 262.
- CAMPBELL, D.T. & STANLEY, J.C.: Experimental and
quasi-experimental designs for research on
teaching. In: Gage, N.L. (Ed.): *Handbook of
research on teaching*. Chicago: Rand McNally,
1963.
- CARMODY, T.P.: Rational-emotive, self-instructional
and behavioral assertion training: Facilitating
Maintenance. *Cogn. Ther. & Res.*, 1978, 2,
241 - 253.
- CHAPIN, F.S.: Das Experiment in der soziologischen
Forschung. In: König, R. (Hrsg.): *Beobachtung und
Experiment in der Sozialforschung. Praktische
Sozialforschung*, Bd. II. Köln: Verlag für
Polit. u. Wirtschaft, 1956.
- CLARK, J.V. & ARKOWITZ, H.: Social anxiety and self-
evaluation of interpersonal performance. *Psych.
Reports*, 1975, 36, 211 - 221.
- CLAUSS, G. & EBNER, H.: *Grundlagen der Statistik*,
Thun u. Frankfurt a.M.: Harri Deutsch, 1977².
- CRAIGHEAD, L.W.: Self-instructional training for
assertive- refusal behavior. *Beh. Ther.*, 1979,
10, 529 - 542.
- CURRAN, J.P.: Skills training as an approach to the
treatment of heterosexual - social anxiety:
A review. *Psych. Bulletin*, 1977, 84, 140 - 157.
- CURRAN, J.P.: Social skills: Methodological issues
and future directions. In: Bellack, A.S. &
Hersen, M. (Eds.): *Research and practice
in social skills training*. New York: Plenum
Press, 1979.
- CURRAN, J.P. & GILBERT, F.S.: A test of the relative
effectiveness of a systematic desensitization
program and an interpersonal skills training
program with date anxious subjects. *Beh. Ther.*,
1975, 6, 510 - 521.

- CURRAN, J.P. & WESSBERG, H.W.: Assessment of social inadequacy. In: Barlow, D.H. (Ed.): Behavioral assessment of adult disorders. New York: Guilford Press, 1981.
- DERRY, P.A. & STONE, G.L.: Effects of cognitive-adjunct treatments on assertiveness. Cogn. Ther. & Res., 1979, 3, 213 - 221.
- DIEHL, J.M. & KOHR, H.U.: Deskriptive Statistik. Frankfurt: Fachbuchhandlung f. Psych., 1977.
- DIGIUSEPPE, R.A. & MILLER, N.J.: Überblick über Untersuchungen zur Effektivität der rational-emotiven Therapie. In: Ellis, A. & Grieger, R. (Hrsg.): Praxis der rational-emotiven Therapie. München: Urban & Schwarzenberg, 1979.
- DOHERTY, W.J. & RYDER, R.G.: Locus of control, interpersonal trust, and assertive behavior among newlyweds. J. of Pers. & Soc. Psych. 1979, 37, 2212 - 2220.
- DULANY, D.E.: Awareness, rules and propositional control: A confrontation with S-R behavior theory. In: Dixon, T.R. & Horton, D.L. (Eds.): Verbal behavior and general behavior theory. Englewood Cliffs: Prentice - Hall, 1968.
- ECHELMEYER, L.: Training zur Unterscheidung von selbstsicherem, unsicherem und aggressivem Verhalten. Dt. Übersetzung des Diskriminationstests nach Lange & Jakubowski (1976). Unveröff. Manuskript. Univ. Münster, 1976.
- EDWARDS, A.L.: Versuchsplanung in der Psychologischen Forschung. Weinheim: Beltz, 1973.
- EISLER, R.M.: Behavioral assessment of social skills. In: Hersen, M. & Bellack, A.S. (Eds.): Behavioral assessment: A practical handbook. New York: Pergamon Press, 1976.
- EISLER, R.M., FREDERIKSEN, L.W. & PETERSON, G.L.: The relationship of cognitive variables to the expression of assertiveness. Beh. Ther., 1978, 9, 419 - 427.
- EISLER, R.M., HERSEN, M. & MILLER, P.M.: Effects of modeling on components of assertive behavior. J. of Beh. Ther. & Exper. Psychiatry, 1973, 4, 1 - 6.

- EISLER, R.M., HERSEN, M., MILLER, P.M. & BLANCHARD, E.B.: Situational determinants of assertive behavior. J. of Cons. & Clin. Psych., 1975, 43, 330 - 340.
- EISLER, R.M., MILLER, P.M. & HERSEN, M.: Components of assertive behavior. J. of Clin. Psych., 1973, 29, 295 - 299.
- ELLIS, A.: Humanistic psychotherapy. The rational-emotive approach. New York: Crown publishers Inc., 1974.
- ELLIS, A.: Die rational-emotive Therapie. München: Pfeiffer, 1977a.
- ELLIS, A.: Rational-emotive therapy: Research data that supports the clinical and personality hypotheses of RET and other modes of cognitive-behavior therapy. The Counseling Psychologist, 1977b, 7, 2 - 42.
- ELLIS, A.: Klinisch-theoretische Grundlagen der rational-emotiven Therapie. In: Ellis, A. & Grieger, R. (Hrsg.): Praxis der rational-emotiven Therapie. München: Urban & Schwarzenberg, 1979.
- ENDLER, N. & MAGNUSSON, D.: Toward an interactional psychology of personality. Psych. Bulletin, 1976, 83, 956 - 974.
- FIEDLER, P.A.: Wider die Methodenintegration: Argumente für eine problemorientierte Psychotherapie. In: Schulz, W. & Hautzinger, M. (Hrsg.): Klinische Psychologie und Psychotherapie, Band 1. Kongreßbericht Berlin 1980. Tübingen/Köln: DGVT-GWG, 1980.
- FIEDLER, D. & BEACH, L.R.: On the decision to be assertive. J. of Cons. & Clin. Psych., 1978, 46, 537 - 546.
- FISCHETTI, M., CURRAN, J.P. & WESSBERG, H.W.: Sense of timing: A skill deficit in heterosexual-socially anxious males. Behavior Modification, 1977, 1, 179 - 194.
- FREMOUW, W.J. & ZITTER, R.E.: A comparison of skills training and cognitive restructuring - relaxation for the treatment of speech anxiety. Beh. Ther., 1978, 9, 248 - 259.

- FRIEDRICHS, J.: Methoden empirischer Sozialforschung. Hamburg: Rowohlt, 1973.
- FRÖHLICH, W.D. & BECKER, J.: Forschungsstatistik. Bonn: Bouvier Verlag, 1972⁶.
- GALASSI, M.D. & GALASSI, J.P.: Assert yourself! How to be your own person. New York: Human Sciences Press, 1977.
- GALASSI, M.D. & GALASSI, J.P.: Assertion: A critical review. Psychotherapy: Theory, Research and Practice, 1978, 15, 16 - 29.
- GALASSI, J.P. & GALASSI, M.D.: Modification of heterosocial skills deficits. In: Bellack, A.S. & Hersen, M. (Eds.): Research and practice in social skills training. New York: Plenum Press, 1979a.
- GALASSI, J.P. & GALASSI, M.D.: A comparison of the factor structure of an assertion scale across sex and population. Beh. Ther., 1979b, 10, 117 - 128.
- GAMBRILL, E.D. & RICHEY, C.A.: An assertion inventory for use in assessment and research. Beh. Ther., 1975, 6, 550 - 561.
- GLASGOW, R.E. & ARKOWITZ, H.: The behavioral assessment of male and female social competence in dyadic heterosexual interactions. Beh. Ther., 1975, 6, 488 - 498.
- GLASS, C.R., GOTTMAN, J.M. & SHMURAK, S.H.: Response-acquisition and cognitive self-statement modification approaches to dating-skills training. J. of Couns. Psych., 1976, 23, 520 - 526.
- GLASS, C.R. & MERLUZZI, T.V.: Cognitive assessment of social-evaluative anxiety. In: Merluzzi, T.V., Glass, C.R. & Genest, M. (Eds.): Cognitive assessment. New York: Guilford Press, 1981.
- GOLDFRIED, M.R. & D'ZURILLA, T.J.: A behavioral-analytic model for assessing competence. In: Spielberger, C.D. (Ed.): Current topics in clinical and community psychology. Vol.1. New York: Academic Press, 1969.

- GOLDFRIED, M.R. & LINEHAN, M.M.: Basic issues in behavioral assessment. In: Ciminero, A.R., Calhoun, K.S. & Adams, H.E. (Eds.): Handbook of behavioral assessment. New York: Wiley-Interscience, 1977.
- GOLDFRIED, M.R. & SOBOCINSKI, D.: Effect of irrational beliefs on emotional arousal. J. of Cons. & Clin. Psych., 1975, 43, 504 - 510.
- GOTLIB, I.H. & ASARNOW, R.F.: Interpersonal and impersonal problem-solving skills in mildly and clinically depressed university students. J. of Cons. and Clin. Psych., 1979, 47, 86 - 95.
- GRAWE, K.: Differentielle Psychotherapie I. Bern: Huber, 1976.
- GREENWALD, D.P.: The behavioral assessment of differences in social skill and social anxiety in female college students. Beh. Ther., 1977, 8, 925 - 937.
- GROEBEN, N. & SCHEELE, B.: Argumente für eine Psychologie des reflexiven Subjekts. Darmstadt: Steinkopff, 1977.
- GROEBEN, N. & WESTMEYER, H.: Kriterien psychologischer Forschung. München: Juventa, 1975.
- HACKER, W.: Allgemeine Arbeits- und Ingenieurpsychologie. Berlin: Deutscher Verlag der Wissenschaften, 1973.
- HALDER, P.: Verhaltenstherapie und Patientenerwartung. Bern: Huber, 1977.
- HAMMEN, C.L., JACOBS, M., MAYOL, A. & COCHRAN, S.D.: Dysfunctional cognitions and the effectiveness of skills and cognitive-behavioral assertion training. J. of Cons. & Clin. Psych., 1980, 48, 685 - 695.
- HARTIG, M.: Selbstkontrolle. Lerntheoretische und verhaltenstherapeutische Ansätze. München: Urban & Schwarzenberg, 1973.
- HARTIG, M.: Probleme und Methoden der Psychotherapieforschung. München: Urban & Schwarzenberg, 1975.

- HAUTZINGER, M.: Entschluß und Ausführung von Selbstkontrollverhalten. Psychologische Beiträge, 1979, 21, 503 - 513.
- HECKHAUSEN, H.: Motive und ihre Entstehung. In: Weinert, F.E., Graumann, C.F., Heckhausen, H., Hofer, M. u.a. (Hrsg.): Funk-Kolleg Pädagogische Psychologie. Bd. 1. Frankfurt: Fischer Taschenbuch, 1974.
- HECKHAUSEN, H.: Motivation: Kognitionspsychologische Aufspaltung eines summarischen Konstrukts. Psych. Rundschau, 1977, 28, 175 - 189.
- HEIMBERG, R.G., MONTGOMERY, D., MADSEN, C.H. & HEIMBERG, J.S.: Assertion training: A review of the literature. Beh. Ther., 1977, 8, 953 - 971.
- HERSEN, M.: Modification of skill deficits in psychiatric patients. In: Bellack, A.S. & Hersen, M. (Eds.): Research and practice in social skills training. New York: Plenum Press, 1979.
- HERSEN, M. & BELLACK, A.S.: Assessment of social skills. In: Ciminero, A.R., Calhoun, K.S. & Adams, H.E. (Eds.): Handbook for behavioral assessment. New York: Wiley, 1977.
- HERSEN, M., EISLER, R.M. & MILLER, P.M.: Development of assertive responses: Clinical, measurement and research considerations. Beh. Res. & Ther., 1973, 11, 505 - 521.
- HEWITT, J. & MURRAY, J.: Self-instructions and reduction of social anxiety. Psych. Reports, 1978, 43, 1077 - 1078.
- HOLLEN, M.v., SCHLOTE, B. & ZYGOWSKI, H.: Selbstunsicherheit in nonverbalem, paralinguistischem und sprachinhaltlichem Verhalten. Unveröff. Diplomarbeit. Univ. Münster, 1977.
- HOLZKAMP, K.: Soziale Kognition. In: Graumann, C.F. (Hrsg.): Handbuch der Psychologie, Bd. 7, 2. Sozialpsychologie: Forschungsbereiche. Göttingen: Hogrefe, 1972.
- HULL, C.H. & NIE, N.H.: SPSS update 7-9: New procedures and facilities for releases 7-9. New York: McGraw-Hill, 1981.

- HULL, D.B. & SCHROEDER, H.E.: Some interpersonal effects of assertion, nonassertion, and aggression. *Beh. Ther.*, 1979, 10, 20 - 28.
- JAEGGI, E.: Kognitive Verhaltenstherapie. Weinheim: Beltz, 1979.
- JONES, E.E. & DAVIS, K.E.: From acts of dispositions. The attribution process in person perception. In: Berkowitz, L. (Ed.): *Advances in experimental social psychology*. Vol. 2. New York: Academic Press, 1965.
- KANFER, F.H.: Self-regulation: Research, issues, and speculations. In: Neuringer, C. & Michael, J.L. (Eds.): *Behavior modification in clinical psychology*. New York: Appleton-Century-Crofts, 1970.
- KANFER, F.H.: Die Aufrechterhaltung des Verhaltens durch selbsterzeugte Stimuli und Verstärkung. In: Hartig, M.: *Selbstkontrolle*. München: Urban & Schwarzenberg, 1973.
- KANFER, F.H.: Selbstmanagement-Methoden. In: Kanfer, F.H. & Goldstein, A.P.: *Möglichkeiten der Verhaltensänderung*. München: Urban & Schwarzenberg, 1977.
- KANFER, F.H. & DUERFELDT, P.H.: Effects of pretraining on self-evaluation and self-reinforcement. *J. of Pers. & Soc. Psych.*, 1967, 7, 164 - 168.
- KANFER, F.H. & KAROLY, P.: Self-control: A behavioristic excursion into the lion's den. *Beh. Ther.*, 1972, 3, 398 - 416.
- KANTER, N.J. & GOLDFRIED, M.R.: Relative effectiveness of rational restructuring and self-control desensitization in the reduction of interpersonal anxiety. *Beh. Ther.*, 1979, 10, 472 - 490.
- KELLEY, H.H.: Causal schemata and the attribution process. In: Jones, E.E. et al.: *Attribution: Perceiving the causes of behavior*. Morristown: General Learning Press, 1971.
- KELLEY, H.H.: The processes of causal attribution. *The American Psychologist*, 1973, 28, 107 - 128.
- KENDALL, P.C. & KORGESKI, G.: Assessment and cognitive-behavioral interventions. *Cogn. Ther. & Res*, 1979, 3, 1 - 21.

- KESSLER, E.: Arbeitstitel: Differentieller Vergleich von Verhaltenstraining und RET bei verschiedenen Problemstellungen von Selbstunsicherheit. Diss. Univ. Münster, in Vorber..
- KIESLER, D.J.: Experimental designs in psychotherapy research. In: Bergin, A.E. & Garfield, S.L. (Eds.): Handbook of psychotherapy and behavior change. New York: John Wiley & Sons, 1971.
- KRAIKER, C.: Bemerkungen über die empirischen und theoretischen Grundlagen der Verhaltenstherapie. In: Kraiker, C. (Hrsg.): Handbuch der Verhaltenstherapie. München: Kindler, 1974.
- KUHN, T.S.: Die Struktur wissenschaftlicher Revolutionen. Frankfurt a.M.: Suhrkamp, 1967.
- LANG, P.J.: The application of psychophysiological methods to the study of psychotherapy and behavior modification. In: Bergin A.E. & Garfield, S.L. (Eds.): Handbook of psychotherapy and behavior change. New York: John Wiley & Sons, 1971.
- LANGE, A.J. & JAKUBOWSKI, P.: Responsible assertive behavior. Champaign: Research Press, 1976.
- LANGER, I. & SCHULZ v. THUN, F.: Messung komplexer Merkmale in Psychologie und Pädagogik. Ratingverfahren. München: Ernst Reinhardt Verlag, 1974.
- LANTERMANN, E.D.: Interaktionen. Person, Situation und Handlung. München: Urban & Schwarzenberg, 1980.
- LAZARUS, A.A.: Behavior therapy and beyond. New York: McGraw-Hill, 1971.
- LAZARUS, A.A.: On assertive behavior: A brief note. Beh. Ther., 1973, 4, 697 - 699.
- LEFCOURT, H.M.: Internal versus external control of reinforcement: A review. Psych. Bulletin, 1966, 65, 206 - 220.
- LIBET, J.M. & LEWINSOHN, P.M.: Concept of social skill with special reference to the behavior of depressed persons. J. of Cons. & Clin. Psych., 1973, 40, 304 - 312.
- LIENERT, G.A.: Testaufbau und Testanalyse. Weinheim: Beltz, 1969²

- LIENERT, G.A.: Verteilungsfreie Methoden in der Biostatistik. Bd. 1. Meisenheim: Hain, 1973.
- LILLIEFORS, H.W.: On the Kolmogorov-Smirnov test for normality with mean and variance unknown. J. of the Amer. Statistical Association, 1967, 62, 399 - 402. (zit. nach: Marascuillo & McSweeney, 1977).
- LINEHAN, M.M.: Structured cognitive-behavioral treatment of assertion problems. In: Kendall, P.C. & Hollon, S.P. (Eds.): Cognitive-behavioral interventions: Theory, research, and procedures. New York: Academic Press: 1979.
- LINEHAN, M.M. & EGAN, K.J.: Assertion training for women. In: Bellack, A.S. & Hersen, M. (Eds.): Research and practice in social skills training. New York: Plenum Press, 1979.
- LINEHAN, M.M., GOLDFRIED, M.R. & GOLDFRIED, A.P.: Assertion therapy: Skill training or cognitive restructuring. Beh. Ther., 1979, 10, 372 - 388.
- LUDWIG, L.D. & LAZARUS, A.A.: A cognitive and behavioral approach to the treatment of social inhibition. Psychotherapy: Theory, Research and Practice, 1972, 9, 204 - 206.
- MacDONALD, M.L.: Measuring assertion: A model and method. Beh. Ther., 1978, 9, 889 - 899.
- MAHONEY, M.J.: Research issues in self-management. Beh. Ther., 1972, 3, 45 - 63.
- MAHONEY, M.J.: Kognitive Verhaltenstherapie. München: Pfeiffer, 1977a.
- MAHONEY, M.J.: Cognitive therapy and research: A question of questions. Cogn. Ther. & Res., 1977b, 1, 5 - 16.
- MAHONEY, M.J. & THORESEN, C.E.: Self-Control: Power to the person. Monterey, Calif.: Brooks/Cole, 1974.
- MALTZMANN, I.: Theoretical conceptions of semantic conditioning and generalization. In: Dixon, T.R. & Horton, D.L. (Eds.): Verbal behavior and general behavior theory. Englewood Cliffs: Prentice-Hall, 1968.

- MANDEL, N.M. & SHRAUGER, J.S.: The effects of self-evaluative statements on heterosocial approach in shy and nonshy males. *Cogn. Ther. & Res.*, 1980, 4, 369 - 381.
- MARASCUILO, L.A. & McSWEENEY, M.: Nonparametric and distribution-free methods for the social sciences. Monterey, Calif.: Brooks/Cole, 1977.
- McFALL, R.M.: Behavioral training: A skill-acquisition approach to clinical problems. In: Spence, J.T., Carson, R.C. & Thibaut, J.W. (Eds.): *Behavioral approaches to therapy*. Morristown, N.J.: General Learning Press, 1976.
- McFALL, R.M. & LILLESAND, D.B.: Behavior rehearsal with modeling and coaching in assertion training. *J. of Abnormal Psych.*, 1971, 77, 313 - 323.
- McFALL, R.M. & MARSTON, A.R.: An experimental investigation of behavior rehearsal in assertive training. *J. of Abnormal Psych.*, 1970, 76, 295 - 303.
- McFALL, R.M. & TWENTYMAN, C.T.: Four experiments on the relative contributions of rehearsal, modeling, and coaching to assertion training. *J. of Abnormal Psych.*, 1973, 81, 199 - 218.
- MEICHENBAUM, D.H.: Kognitive Faktoren bei der Verhaltensmodifikation: Veränderung der Selbstgespräche von Klienten. In: Hartig, M. (Hrsg): *Selbstkontrolle*. München: Urban & Schwarzenberg, 1973.
- MEICHENBAUM, D.: Cognitive behavior modification. In: Spence, J.T. et al. (Eds.): *Behavioral approaches to therapy*. Morristown, N.J.: General Learning Press, 1976a.
- MEICHENBAUM, D.: A cognitive-behavior modification approach to assessment. In: Hersen, M. & Bellack, A.S. (Eds.): *Behavioral assessment: A practical handbook*. New York: Pergamon Press, 1976b.
- MEICHENBAUM, D.: Methoden der Selbstinstruktion. In: Kanfer, F.H. & Goldstein, A.P.: *Möglichkeiten der Verhaltensänderung*. München: Urban & Schwarzenberg, 1977.
- MEICHENBAUM, D.: Kognitive Verhaltensmodifikation. München: Urban & Schwarzenberg, 1979.

- MEICHENBAUM, D. & CAMERON, R.: Training schizophrenics to talk to themselves: A means of developing attentional controls. Beh. Ther. 1973, 4, 515 - 534.
- MEICHENBAUM, D. & CAMERON, R.: Issues in cognitive assessment: An overview. In: Merluzzi, T.V., Glass, C.R. & Genest, M. (Eds.): Cognitive assessment. New York: Guilford Press, 1981.
- MERLUZZI, T.V., GLASS, C.R. & GENEST, M. (Eds.): Cognitive assessment. New York: Guilford Press, 1981.
- MILLER, W.R. & ARKOWITZ, H.: Anxiety and perceived causation in social success and failure experiences: Disconfirmation of an attribution hypothesis in two experiments. J. of Abnormal Psych., 1977, 86, 665 - 668.
- MILLER, G.A., GALANTER, E. & PRIBRAM, K.H.: Strategien des Handelns. Pläne und Strukturen des Verhaltens. Stuttgart: Klett, 1973.
- MISCHEL, W.: Toward a cognitive social learning reconceptualization of personality. Psych. Review, 1973, 80, 252 - 283.
- MISCHEL, W., EBBESEN, E.B. & ZEISS, A.R.: Cognitive and attentional mechanisms in delay of gratification. J. of Pers. & Soc. Psych., 1972, 21, 204 - 218.
- MISCHEL, W., ZEISS, R. & ZEISS, A.: Internal-external control and persistence: Validation and implications of the stanford preschool internal-external scale. J. of Pers. & Soc. Psych., 1974, 29, 265 - 278.
- MITCHELL, K.R. & ORR, F.E.: Note on treatment of heterosexual anxiety using short-term massed desensitization. Psych. Reports, 1974, 35, 1093 - 1094.
- MOORE, B.S.: Cognitive representation of rewards in delay of gratification. Cogn. Ther. & Res., 1977, 1, 73 - 83.
- NEISSER, U.: Kognitive Psychologie. Stuttgart: Klett, 1974.
- NIE, N.H., HULL, C.H., JENKINS, J.G., STEINBRENNER, K. & BENT, D.H.: Statistical package for the social sciences. Second edition. New York: McGraw-Hill, 1975.

- O'BANION, K. & ARKOWITZ, H.: Social anxiety and selective memory for affective information about the self. *Social Behavior & Personality*, 1977, 5, 321 - 328.
- PAWLIK, K.: Dimensionen des Verhaltens. Bern: Huber, 1968.
- PHILLIPS, L. & ZIGLER, E.: Social competence: The action-thought parameter and vicariousness in normal and pathological behaviors. *J. of Abnorm. & Soc. Psych.*, 1961, 63, 137 - 146.
- PIONTKOWSKI, U.: Psychologie der Interaktion. München: Juventa, 1976.
- PLATT, J.J. & SIEGEL, J.M.: MMPI characteristics of good and poor social problem-solvers among psychiatric patients. *J. of Psych.*, 1976, 94, 245 - 251.
- PLATT, J.J., SIEGEL, J.M. & SPIVACK, G.: Do psychiatric patients and normals see the same solutions as effective in solving interpersonal problems? *J. of Cons. & Clin. Psych.*, 1975, 43, 279.
- PLATT, J.J. & SPIVACK, G.: Social competence and effective problem-solving thinking in psychiatric patients. *J. of Clin. Psych.* 1972a, 28, 3 - 5.
- PLATT, J.J. & SPIVACK, G.: Problem-solving thinking of psychiatric patients. *J. of Cons. & Clin. Psych.*, 1972b, 39, 148 - 151.
- PLATT, J.J. & SPIVACK, G.: Studies in problem-solving, thinking of psychiatric patients: Patient-control differences and factorial structure of problem-solving thinking. *Proceedings, 81st Annual Convention, APA*, 1973.
- PLATT, J.J. & SPIVACK, G.: Means of solving real-life problems: I. psychiatric patients vs. controls and cross-cultural comparisons of normal females. *J. of Community Psych.*, 1974, 2, 45 - 48.
- PLATT, J.J. & SPIVACK, G.: Manual for the means-ends problem-solving procedure (MEPS). Philadelphia: Hahnemann Community Mental Health/Mental Retardation Center, Departement of Mental Health Sciences, 1975a.

- PLATT, J.J. & SPIVACK, G.: Unidimensionality of the means-ends problem-solving (MEPS) procedure. J. of Clin. Psych., 1975b, 31, 15 - 16.
- PLATT, J.J., SPIVACK, G., ALTMAN, N., ALTMAN, D. & PEIZER, S.B.: Adolescent problem-solving thinking. J. of Cons. & Clin. Psych., 1974, 42, 787 - 793.
- QUEKELBERGHE, R. van: Systematik der Psychotherapie. Vergleich und kognitiv-psychologische Grundlegung psychologischer Therapien. München: Urban & Schwarzenberg, 1979a.
- QUEKELBERGHE, R. van: Grundlegung und Entwicklung von kognitiven Therapien. In: Quekelberghe, R.v. (Hrsg.): Modelle kognitiver Therapien. München: Urban & Schwarzenberg, 1979b.
- QUEKELBERGHE, R. van: Probleme und Perspektiven einer Annäherung von Handlungstheorien und kognitiven Therapien. In: Quekelberghe, R.v. & Eickels, N.v.: Handlungstheorien, Tätigkeitstheorie und Psychotherapie. Tübingen: DGVT, 1982.
- QUITMANN, H., TAUSCH, A.M. & TAUSCH, R.: Selbstkommunikation von Jugendlichen und ihren Eltern, Zusammenhang mit Psychoneurotizismus und elterlichem Erziehungsverhalten. Z. f. Klin. Psych., 1974, 3, 193 - 204.
- REHM, L.P. & MARSTON, A.R.: Reduction of social anxiety through modification of self-reinforcement: An instigation therapy technique. J. of Cons. & Clin. Psych., 1968, 32, 565 - 574.
- REINECKER, H.: Selbstkontrolle. Verhaltenstheoretische und kognitive Grundlagen. Techniken und Therapiemethoden. Salzburg: Otto Müller, 1978.
- REVENSTORF, D.: Lehrbuch der Faktorenanalyse. Stuttgart: Kohlhammer, 1976.
- RICH, A.R. & SCHROEDER, H.E.: Research issues in assertiveness training. Psych. Bulletin, 1976, 83, 1081 - 1096.
- RIMM, D.C. & LITVAK, S.B.: Self-verbalization and emotional arousal. J. of Abnormal Psych., 1969, 74, 181 - 187.
- RINN, R.C. & MARKLE, A.: Modification of social skill deficits in children. In: Bellack, A.S. & Hersen, M. (Eds.): Research and practice in social skills training. New York: Plenum Press, 1979.

- ROMANO, J.M. & BELLACK, A.S.: Social validation of a component model of assertive behavior. J. of Cons. & Clin. Psych., 1980, 48, 478 - 490.
- ROTH, D. & REHM, L.P.: Relationships among self-monitoring processes, memory, and depression. Cogn. Ther. & Res., 1980, 4, 149 - 157.
- ROTTER, J.B.: Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. Psych. Monographs, 1966, 80, Whole No. 609.
- SADER, M. & KEIL, W.: Bedingungskonstanz in der psychologischen Diagnostik. Archiv für die gesamte Psych., 1966, 118, 279 - 308.
- SALTER, A.: Conditioned reflex therapy. New York: Creative Age Press, 1949.
- SCHEELE, B.: Selbstkontrolle als kognitive Interventionsstrategie. Weinheim: Edition Psychologie, 1981.
- SCHMIDT, H.-D.: Allgemeine Entwicklungspsychologie. Berlin: VEB Deutscher Verlag der Wissenschaften, 1973.
- SCHULTE, D.: Theoretische Grundlagen der Verhaltenstherapie. In: Pongratz, L.J. (Hrsg.): Handbuch der Psychologie, Bd. 8,1.: Klinische Psychologie. Göttingen: Hogrefe, 1977.
- SCHWARTZ, R.M. & GOTTMAN, J.M.: Toward a task analysis of assertive behavior. J. of Cons. & Clin. Psych., 1976, 44, 910 - 920.
- SCHWARZ, E.: Experimentelle und quasi-experimentelle Anordnungen in der Unterrichtsforschung. In: Ingenkamp, K. (Hrsg.): Handbuch der Unterrichtsforschung, Teil 1. Weinheim: Beltz, 1970.
- SEMMER, N. & PFÄFFLIN, M.: Interaktionstraining. Ein handlungstheoretischer Ansatz zum Training sozialer Fertigkeiten. Weinheim: Beltz, 1978.
- SERBER, M.: Teaching the nonverbal components of assertive training. J. of Beh. Ther. & Exper. Psychiatry, 1972, 3, 179 - 183.
- SHAVER, K.G.: An Introduction to attribution processes. Massachusetts: Winthrop Publishers, 1975.

- SHURE, M.B. & SPIVACK, G.: Means-ends thinking, adjustment, and social class among elementary-school-aged children. *J. of Cons. & Clin. Psych.*, 1972, 38, 348 - 353.
- SIEGEL, S.: Nicht-parametrische statistische Methoden. Frankfurt: Fachbuchhandlung f. Psych., 1976.
- SIEGEL, J.M., PLATT, J.J. & PEIZER, S.B.: Emotional and social real-life problem-solving thinking in adolescent and adult psychiatric patients. *J. of Clin. Psych.*, 1976, 32, 230 - 232.
- SILWEDEL, R.: Training in interpersonellem Problemlösen: Theoretische Darstellung und praktische Durchführung mit Strafgefangenen. Unveröff. Diplomarbeit. Univ. Münster, 1979.
- SIXTL, F.: Meßmethoden der Psychologie. Weinheim: Beltz, 1967.
- SMITH, R.E. & SARASON, I.G.: Social anxiety and the evaluation of negative interpersonal feedback. *J. of Cons. & Clin. Psych.*, 1975, 43, 429.
- SPIELBERGER, C.D. & DE NIKE, L.D.: Descriptive behaviorism versus cognitive theory in verbal operant conditioning. *Psych. Review*, 1966, 73, 306 - 326.
- SPIVACK, G., PLATT, J.J. & SHURE, M.B.: The problem-solving approach to adjustment. San Francisco: Jossey-Bass Publishers, 1976.
- STELZL, I.: Experimentelle Versuchsanordnungen. In: Koolwijk, J.v. & Wieken-Mayser, M. (Hrsg.): Techniken der empirischen Sozialforschung. Bd. 6. Statistische Forschungsstrategien. München: R. Oldenbourg Verlag, 1974.
- STRICKLAND, B.R.: Internal-external expectancies and health-related behaviors. *J. of Cons. & Clin. Psych.*, 1978, 46, 1192 - 1211.
- TAUSCH, R. & TAUSCH, A.M.: Intrapersonelle Kommunikationsprozesse, Zusammenhang mit Psychoneurotizismus. In: Eckensberger, L.H. & Eckensberger, U.S. (Hrsg.): Bericht über den 28. Kongreß der Deutschen Gesellschaft für Psychologie in Saarbrücken 1972. Bd. 4. Göttingen: Hogrefe, 1974.

- THOMAS, A.: Handlung und Bewegung als Gegenstand psychologischer Forschung. In: Thomas, A. (Hrsg.): Psychologie der Handlung und Bewegung. Meisenheim am Glan: Anton Hain, 1976.
- THORPE, G.L.: Desensitization, behavior rehearsal, self-instructional training and placebo effects on assertive-refusal behavior. Europ. J. of Beh. Anal. & Mod., 1975, 1, 30 - 44.
- TÖNNIES, S.: Inventar zur Selbstkommunikation für Erwachsene (ISE). Weinheim: Beltz, im Druck.
- TÖNNIES, S. & TAUSCH, R.: Inventar zur Selbstkommunikation für Erwachsene (ISE). Z. f. Klin. Psych., 1981, 10, 51 - 63.
- TROWER, P.: Fundamentals of interpersonal behavior: A social-psychological perspective. In: Bellack, A.S. & Hersen, M. (Eds.): Research and practice in social skills training. New York: Plenum Press, 1979.
- TROWER, P.: Situational analysis of the components and processes of behavior of socially skilled and unskilled patients. J. of Cons. & Clin. Psych., 1980, 48, 327 - 339.
- TROWER, P., YARDLEY, K., BRYANT, B.M. & SHAW, P.: The treatment of social failure. A comparison of anxiety-reduction and skills-acquisition procedures on two social problems. Behavior Modification, 1978, 2, 41 - 60.
- TWENTYMAN, C.T. & McFALL, R.M.: Behavioral training of social skills in shy males. J. of Cons. & Clin. Psych., 1975, 43, 384 - 395.
- TWENTYMAN, C.T. & ZIMMERLING, R.T.: Behavioral training of social skills: A critical review. In: Hersen, M., Eisler, R.M. & Miller, P.M.: Progress in behavior modification. Vol. 7. New York: Academic Press, 1979.
- ÜBERLA, K.: Faktorenanalyse. Berlin: Springer, 1971².
- ULLRICH, R. & ULLRICH DE MUYNCK, R. (Hrsg.): Soziale Kompetenz. Experimentelle Ergebnisse zum Assertiveness-Training-Programm ATP. Band I, Meßmittel und Grundlagen. München: Pfeiffer, 1978.

- ULLRICH, R., ULLRICH DE MUYNCK, R., KEESER, W. & SYGULLA, H.: Faktorenanalyse des U-Fragebogens (1975). In: Ullrich, R. & Ullrich de Muynck (Hrsg.): Soziale Kompetenz. Band I, Meßmittel und Grundlagen. München: Pfeiffer, 1978.
- ULLRICH DE MUYNCK, R. & FORSTER, T.: Selbstsicherheits-training. In: Kraiker, C. (Hrsg.): Handbuch der Verhaltenstherapie. München: Kindler, 1974.
- ULLRICH DE MUYNCK, R. & ULLRICH, R.: Der Unsicherheitsfragebogen. Testmanual U. Anleitung für den Therapeuten, Teil II. München: Pfeiffer, 1977.
- ULLRICH DE MUYNCK, R. & ULLRICH, R.: Soziale Angst und Kompetenz in ihren kognitiven Bezügen: Die inhaltliche Ausrichtung im Gebiet von Arbeit, Leistung und normativen Begriffen zur sozialen Ordnung. In: Ullrich, R. & Ullrich de Muynck, R. (Hrsg.): Soziale Kompetenz. Band I. München: Pfeiffer, 1978a.
- ULLRICH DE MUYNCK, R. & ULLRICH, R.: Soziale Angst und Kompetenz in ihren emotionalen Bezügen: Unmittelbares Empfinden, Phobien und psychopathologische Erlebnisbereiche. In: Ullrich, R. & Ullrich de Muynck, R. (Hrsg.): Soziale Kompetenz. Band I. München: Pfeiffer, 1978b.
- VALINS, S. & NISBETT, R.E.: Attribution processes in the development and treatment of emotional disorders. In: Jones, E.E., Kanouse, D.E., Kelley, H.H., Nisbett, R.E., Valins, S. & Weiner, B.: Attribution: Perceiving the causes of behavior. Morristown: General Learning Press, 1971.
- WATSON, D. & FRIEND, R.: Measurement of social-evaluative anxiety. J. of Cons. & Clin. Psych., 1969, 33, 448 - 457.
- WEINER, B., FRIEZE, I., KUKLA, A., REED, L., REST, S. & ROSENBAUM, R.M.: Perceiving the causes of success and failure. In: Jones, E.E., Kanouse, D.E., Kelley, H.H., Nisbett, R.E., Valins, S. & Weiner, B.: Attribution: Perceiving the causes of behavior. Morristown: General Learning Press, 1971.
- WEINMAN, B., GELBART, P., WALLACE, M. & POST, M.: Inducing assertive behavior in chronic schizophrenics. A comparison of socioenvironmental, desensitization, and relaxation therapies. J. of Cons. & Clin. Psych. 1972, 39, 246 - 252.

- WENDLANDT, W. & HOEFERT, H.-W.: Selbstsicherheits-training. Salzburg: Otto Müller, 1976.
- WESTEFELD, J.S., GALASSI, J.P. & GALASSI, M.D.: Effects of role-playing instructions on assertive behavior: A Methodological study. Beh. Ther., 1980, 11, 271 - 277.
- WESTMEYER, H.: Kritik der psychologischen Unvernunft. Stuttgart: Kohlhammer, 1973.
- WESTMEYER, H.: Verhaltenstherapie: Anwendung von Verhaltenstheorien oder kontrollierte Praxis? In: Gottwald, P. & Kraiker, C. (Hrsg.): Zum Verhältnis von Theorie und Praxis in der Psychologie. Sonderheft I/1976 der "Mitteilungen der GVT".
- WOLFE, J.L. & FODOR, I.G.: Modifying assertive behavior in women: A comparison of three approaches. Beh. Ther., 1977, 8, 567 - 574.
- WOLPE, J.: Psychotherapy by reciprocal inhibition. Stanford: Stanford University Press, 1958.
- WOLPE, J.: Praxis der Verhaltenstherapie. Bern: Huber, 1972.
- WOLPE, J. & LAZARUS, A.A.: Behavior therapy techniques. New York: Pergamon Press, 1966.
- WOOLFOLK, R.L. & DEVER, S.: Perceptions of assertion: An empirical analysis. Beh. Ther., 1979, 10, 404 - 411.
- ZIGLER, E. & LEVINE, J.: Premorbid adjustment and paranoid-nonparanoid status in schizophrenia: A further investigation. J. of Abnormal Psych., 1973, 82, 189 - 199.
- ZIGLER, E. & PHILLIPS, L.: Social effectiveness and symptomatic behaviors. J. of Abnorm. & Soc. Psych., 1960, 61, 231 - 238.
- ZIMMER, D.: Ausbildung sozialer Kompetenz durch Training in Verhaltensgeschicklichkeit und Selbstregulation. Unveröff. Dissertation. Univ. Münster, 1976.

ZIMMER, D.: Die Entwicklung des Begriffes der Selbstsicherheit und sozialen Kompetenz in der Verhaltenstherapie. In: Ullrich, R. & Ullrich de Muynck, R. (Hrsg.): Soziale Kompetenz. Band I, Meßmittel und Grundlagen. München: Pfeiffer, 1978.

ZIMMERMANN, E.: Das Experiment in den Sozialwissenschaften. Stuttgart: Teubner, 1972.

IX. ANHANG: INHALTSVERZEICHNIS

	Seite
<u>Materialien:</u>	
Anschreiben an die "Normalen"	1
Anschreiben an die Klienten	2
Begleitschreiben für die Probanden (betr. Fremdwahrnehmung)	3
Begleitschreiben für die nahestehenden Bezugs- personen der "Normalen" und der Klienten	4
<u>Meßinstrumente:</u>	
Unsicherheits-Fragebogen (U)	6
Soziale Angst und Vermeidungs-Skala (SAV)	11
Fragebogen zur intrapersonellen Kommunikation (IPK-S)	13
Fragebogen zur externen und internen Kontrolle (FEIK)	16
Verfahren zur Erfassung des Mittel-Ziel-Denkens (MEPS) und Auswertungskategorien	21
Selbstwahrnehmungs-Inventar (SeW) und Anspruchsniveau-Inventar (AN)	24
Instruktion des Fremdwahrnehmungs-Inventars (FW)	29
Fragebogen zur Erfassung von Konsequenz-Erwartungen (FKE)	30
<u>Ergebnisse:</u>	
Ergebnisse der Item-Analyse des SeW-Inventars (Abb. 1, Tab. 1-13)	36
Ergebnisse der Item-Analyse des FKE-Fragebogens (Abb. 2, Tab. 14-16)	43
Korrelationen zwischen U-Faktoren und kognitiven Variablen innerhalb der Selbstunsicheren- und der Selbstsicheren-Gruppe (Tab. 17-18)	44

4400 Münster, den

Rosenstraße 9

Briefanschrift Schlaunstraße 2

Fernruf Vermittlung (02 51) ~~XXXX~~ 83-1

Fernruf Durchwahl (02 51) ~~XXXX~~ 83-419

Sehr geehrte Frau.

Sehr geehrter Herr.

Am Psychologischen Institut der Universität Münster führen wir eine wissenschaftliche Untersuchung durch, bei der es um die Erforschung verschiedener Bereiche des persönlichen Verhaltens und Erlebens geht.

Ziel dieser Untersuchung ist es, neue Erkenntnisse über das menschliche Verhalten zu gewinnen, um dadurch Menschen, die bestimmte Probleme und Schwierigkeiten haben, z.B. Ängste, Niedergeschlagenheit oder Entschlußlosigkeit, besser verstehen und ihnen besser helfen zu können.

Für unsere Untersuchung möchten wir Sie bitten, die beiliegenden Fragebogen auszufüllen und an uns zurückzuschicken.

Da es uns nicht darum geht, Informationen über einzelne Personen zu sammeln, sondern menschliches Verhalten allgemein zu untersuchen, führen wir die Befragung vollständig anonym durch.

Wir benötigen lediglich folgende Informationen von Ihnen:

Ihr Alter:

Ihr Geschlecht:

Ihre Schulbildung:

Ihr Beruf:

Wir möchten Sie bitten, die Fragebogen allein und sorgfältig auszufüllen. Bitte sprechen Sie die Fragebogen nicht mit anderen Personen durch.

Beantworten Sie bitte alle Fragen möglichst spontan, denn es gibt keine richtigen oder falschen Antworten. Uns ist an Ihrer ganz persönlichen Einschätzung gelegen.

Bitte lassen Sie keine Frage aus, denn sonst ist der ausgefüllte Bogen wertlos.

Wir möchten Sie bitten, die Fragebogen und dieses Blatt sofort nach dem Ausfüllen in den beigegefügtten vorfrankierten und adressierten Umschlag zu stecken und an uns abzuschicken.

Als Gegenleistung für Ihre Bemühungen können wir Ihnen anbieten, daß wir Ihnen eine Zusammenfassung unserer Ergebnisse zuschicken. Wir können jedoch keine individuellen Auswertungen machen, sondern nur allgemeine Ergebnisse mitteilen.

Falls Sie an dieser Zusammenfassung interessiert sind, schreiben Sie doch bitte Ihre Adresse auf den Rückantwort-Umschlag oder teilen uns anderweitig (Postkarte, Telefon) Ihre Adresse mit. (Selbstverständlich bleibt Ihre Adresse streng vertraulich.)

Wir danken Ihnen ganz herzlich für Ihr Verständnis und Ihre Mitarbeit!

Mit freundlichen Grüßen

Jürgen Borgart
(Diplom-Psychologe)

WESTFÄLISCHE WILHELMS - UNIVERSITÄT

Psychologisches Institut - Abteilung für Klinische Psychologie

Eva Keßler (Dipl.-Psych.)

Universität Münster, Psychologisches Institut
Abteilung für Klinische Psychologie
Schlaunstraße 2 4400 Münster

4400 Münster, den 18.4.1979
Rosenstraße 9
Briefanschrift Schlaunstraße 2
Fernruf (0251) ~~XXXX~~ 831
Durchwahl 0251/~~XXXX~~ 83-4193

Sehr geehrte

Sie haben sich bei uns um ein Selbstsicherheitstraining bemüht.
Vielen Dank für Ihre Rückantwort!

Wir können Ihnen jetzt die genauen Termine für die Therapie mitteilen.
Wir haben dabei soweit wie möglich Ihre Wünsche berücksichtigt.

Ihre Therapiegruppe findet jeweils von statt.
Die erste Sitzung findet am um statt.

Am besten warten Sie im Vorraum der Beratungsstelle (Rosenstr. 9).
Wir werden Sie dort erwarten.

Nun noch eine Bitte: Da die Therapien im Rahmen einer wissenschaftlichen Untersuchung laufen, ist es notwendig, daß Sie einige Fragebögen ausfüllen. Wir möchten Sie daher bitten, die beiliegenden Fragebögen bis zur ersten Sitzung auszufüllen.

Bitte erschrecken Sie nicht vor der relativ großen Zahl von Fragebögen. Der Zeitaufwand beträgt etwa 2 Stunden.
Einen Teil der Fragebögen haben Sie früher schon einmal ausgefüllt. Es ist aber notwendig, daß Sie auch diese Bögen vor Therapiebeginn noch einmal ausfüllen.

Normalerweise führen wir diese diagnostischen Untersuchungen im Institut durch. Um Ihnen aber Zeit und Wege zu ersparen, haben wir Ihnen die Fragebögen zugeschickt, so daß Sie sie zu Hause ausfüllen können. Wir möchten Sie aber daher bitten, die Fragebögen allein und sorgfältig auszufüllen. Bitte sprechen Sie die Fragebögen nicht mit anderen Personen durch. Beantworten Sie bitte alle Fragen möglichst spontan, denn es gibt keine richtigen oder falschen Antworten. Uns ist an Ihrer ganz persönlichen Einschätzung gelegen. Achten Sie bitte darauf, keine Frage auszulassen.

Es ist unbedingt notwendig, daß Sie die ausgefüllten Fragebögen zur ersten Therapiesitzung mitbringen.

Wir danken Ihnen ganz herzlich für Ihr Verständnis und Ihre Mitarbeit!

Mit freundlichen Grüßen

Wenn Sie die beiliegenden Fragebogen ausgefüllt haben, haben Sie gemerkt, daß es bei einem Fragebogen darum ging, wie Sie Ihr eigenes Verhalten in sozialen Situationen wahrnehmen. Für unsere Untersuchung ist es darüber hinaus wichtig, wie Ihr Verhalten von anderen Personen wahrgenommen wird.

Wir möchten Sie daher bitten, daß Sie eine Ihnen nahestehende Person bitten, Ihr Verhalten einzuschätzen. Wir haben dafür den gleichen Fragebogen vorbereitet, mit dem Sie Ihr eigenes Verhalten eingeschätzt haben. Dieser Fragebogen befindet sich in diesem Umschlag.

Bitte suchen Sie sich eine Person aus Ihrer Verwandtschaft, Ihrem Freundes- oder Bekanntenkreis, die Sie gut kennen. Erklären Sie ihr, daß Sie an einer wissenschaftlichen Untersuchung teilnehmen und bitten Sie diese Person, den beiliegenden Fragebogen auszufüllen und an uns zurückzuschicken. Wir haben dafür zusätzlich einen vorfrankierten und adressierten Briefumschlag in den Umschlag gefügt.

Lassen Sie bitte diese Person den Fragebogen allein ausfüllen und besprechen Sie den Bogen nicht mit ihr. Für unsere Untersuchung ist es wichtig, daß wir die unbeeinflusste Wahrnehmung dieser Person erhalten.

Bitten Sie diese Person, den Fragebogen nach dem Ausfüllen in den beigegeführten vorfrankierten Umschlag zu stecken und an uns zurückzuschicken.

Vielen Dank!

4400 Münster, den

Rosenstraße 9

Briefanschrift Schlaunstraße 2

Fernruf Vermittlung (02 51) ~~133X~~ 83-1

Fernruf Durchwahl (02 51) ~~133X~~ 83-4193

Sehr geehrte Frau.

Sehr geehrter Herr.

Sie haben diesen Fragebogen von einer Ihnen nahestehenden Person erhalten mit der Bitte, ihn auszufüllen.

Diese Person nimmt an einer wissenschaftlichen Untersuchung teil, bei der es um die Erforschung verschiedener Bereiche des persönlichen Verhaltens und Erlebens geht. Ziel dieser Untersuchung ist es, neue Erkenntnisse über das menschliche Verhalten zu gewinnen, um dadurch Menschen, die bestimmte Probleme und Schwierigkeiten haben, z.B. Ängste, Niedergeschlagenheit oder Entschlußlosigkeit, besser verstehen und ihnen besser helfen zu können.

Wir führen diese Befragung vollständig anonym durch.

Bei diesem Fragebogen soll es darum gehen, wie Sie die Person, von der Sie den Bogen erhalten haben, wahrnehmen.

Es gibt hierbei keine richtigen oder falschen Einschätzungen.

Es kommt auf Ihren ganz persönlichen Eindruck an.

Wir möchten Sie bitten, diesen Fragebogen ganz allein auszufüllen und ihn nicht mit anderen Personen zu besprechen. Für unsere Untersuchung ist es unbedingt notwendig, daß Sie ganz allein und unbeeinflußt den Fragebogen ausfüllen.

Außerdem benötigen wir noch einige Informationen. Selbstverständlich werden alle Angaben streng vertraulich behandelt.

Ihr Alter:

Ihr Geschlecht:

Ihre Schulbildung:

Ihr Beruf:

In welcher Beziehung stehen Sie zu der Person, von der Sie den Fragebogen erhalten haben (bitte ankreuzen):

	sonstige					
(Ehe)Partner	Eltern	Geschwister	Verwandte	Freund(in)	Bekannte(r)	
o	o	o	o	o	o	o

Bitte füllen Sie den Fragebogen sorgfältig aus und lassen Sie keine Frage aus, denn sonst ist der ausgefüllte Bogen wertlos.

Wir möchten Sie bitten, den Fragebogen und dieses Blatt sofort nach dem Ausfüllen in den beigegefügtten vorfrankierten und adressierten Umschlag zu stecken und an uns abzuschicken.

Wir danken Ihnen ganz herzlich für Ihr Verständnis und Ihre Mitarbeit!

Mit freundlichen Grüßen

Jürgen Borgart
(Diplom-Psychologe)

WESTFÄLISCHE WILHELMS - UNIVERSITÄT

Psychologisches Institut - Abteilung für Klinische Psychologie

Universität Münster, Psychologisches Institut
Abteilung für Klinische Psychologie
Schlaunstraße 2 4400 Münster

4400 Münster, den
Rosenstraße 9
Briefanschrift Schlaunstraße 2
Fernruf (0251) 4091
Durchwahl 0251/490

Sehr geehrter Herr.

Sehr geehrte Frau.

Sie haben diesen Fragebogen von einer Ihnen nahestehenden Person erhalten mit der Bitte, ihn auszufüllen.

Diese Person nimmt an einer wissenschaftlichen Untersuchung teil, bei der es um die Erforschung verschiedener Bereiche des persönlichen Verhaltens und Erlebens geht.

Bei diesem Fragebogen soll es darum gehen, wie Sie die Person, von der Sie den Bogen erhalten haben, wahrnehmen. Es gibt hierbei keine richtigen oder falschen Einschätzungen. Es kommt auf Ihren persönlichen Eindruck an.

Wir möchten Sie bitten, diesen Fragebogen ganz allein auszufüllen und ihn nicht mit anderen Personen zu besprechen. Für unsere Untersuchung ist es unbedingt notwendig, daß Sie ganz allein und unbeeinflußt den Fragebogen ausfüllen.

Außerdem benötigen wir noch einige Informationen. Selbstverständlich werden alle Angaben streng vertraulich behandelt.

Name/Vorname der Person, von der
Sie den Fragebogen erhalten haben:

In welcher Beziehung stehen Sie zu dieser Person (bitte ankreuzen):

(Ehe)Partner	Eltern	Geschwister	sonstige Verwandte	Freund(in)	Bekannt
☐	☐	☐	☐	☐	☐

Bitte füllen Sie den Fragebogen sorgfältig aus und lassen Sie keine Frage aus, denn sonst ist der ausgefüllte Bogen wertlos.

Wir möchten Sie bitten, den Fragebogen sofort nach dem Ausfüllen in den beigelegten vorfrankierten und adressierten Umschlag zu stecken und an uns abzuschicken.

Vielen Dank für Ihre Mitarbeit!

U-FRAGEBOGEN

Auf den folgenden Seiten finden Sie Feststellungen über das Verhalten in zwischenmenschlichen Situationen. Versuchen Sie, sich die betreffende Situation so anschaulich als möglich vorzustellen. Beurteilen Sie, wie Sie sich selbst in dieser konkreten Situation üblicherweise fühlen oder wie Sie reagieren würden. Dies ist zur Erklärung und Veränderung Ihres Verhaltens bzw. Ihrer Probleme von großer Bedeutung. Neben jeder Feststellung sind sechs Antwortmöglichkeiten angegeben.

Diese reichen von:

0 : "Stimmt gar nicht" (trifft nie zu)

bis

5 : "Stimmt vollkommen" (trifft fast immer zu).

Die Zahlen 2, 3 und 4 geben Ihnen die Möglichkeit, Ihre Antwort feiner abzustufen: Sie bezeichnen eine zunehmende oder abnehmende Ausprägung, mit der die Feststellungen für Sie zutreffend sind. Beginnen Sie jetzt mit der Beantwortung auf den folgenden Seiten. Kreuzen Sie bei jeder Feststellung nur eine Zahl an. Setzen Sie Ihre Markierung auf die Zahlen und nicht in die Zwischenräume. Lassen Sie keine Feststellung aus, weil Ihr Therapeut sonst keine exakte Auswertung vornehmen kann. Arbeiten Sie zügig. Versuchen Sie nicht erst, einen guten Eindruck zu machen, es geht um Ihre Therapie und um Ihre Probleme. Der Bogen dient auch zur Therapie-Kontrolle und ist sorgfältig aufzubewahren bzw. Ihrem Therapeuten auszuhändigen.

	stimmt gar nicht	stimmt voll- kommen
1. Ich treffe Entscheidungen schnell und sicher	0...1...2...3...4...5	
2. Ich erhalte nicht gerne Geschenke	0...1...2...3...4...5	
3. Ich kann Kritik leicht und offen äußern	0...1...2...3...4...5	
4. Ich finde es schwierig, mit einem Fremden ein Gespräch zu beginnen	0...1...2...3...4...5	
5. Ich verlasse mich im allgemeinen auf mein eigenes Urteil	0...1...2...3...4...5	
6. Ich schlucke meinen Ärger immer runter	0...1...2...3...4...5	
7. In Diskussionen fallen mir immer erst nachher die richtigen Argumente ein	0...1...2...3...4...5	
8. Ich habe immer das Gefühl, andere Leute zu belästigen, wenn ich sie um eine Aus- kunft bitte	0...1...2...3...4...5	
9. Ich unterlasse alles, was Widerspruch her- herausfordern könnte	0...1...2...3...4...5	
10. Wenn mir jemand ins Wort fällt, fordere ich ihn auf, mich ausreden zu lassen	0...1...2...3...4...5	
11. Ich muß öfters gegen meine Schüchternheit ankämpfen	0...1...2...3...4...5	
12. Es ist mir gleichgültig, was andere Leute über mich denken	0...1...2...3...4...5	
13. Ich vermöge es möglichst, Verantwortung zu übernehmen	0...1...2...3...4...5	
14. Wenn ich in einem fremden Haus einge- laden bin, fühle ich mich die ganze Zeit über befangen	0...1...2...3...4...5	
15. Ich neige dazu, mich für alles zu entschul- digen	0...1...2...3...4...5	
16. Eine Gesprächspause verunsichert mich stark	0...1...2...3...4...5	
17. Ich bin zu höflich, um in einem Restaurant ein schlechtes Essen zu beanstanden	0...1...2...3...4...5	

	stimmt gar nicht	stimmt voll- kommen
18. Wenn mir der Besuch eines Freundes wirklich ungelegen kommt, kann ich ihm ohne weiteres absagen	0...1...2...3...4...5	
19. Es stört mich, wenn andere Leute mir bei der Arbeit zusehen	0...1...2...3...4...5	
20. Bei Meinungsverschiedenheiten bin ich immer der erste, der nachgibt	0...1...2...3...4...5	
21. Ich habe leicht Schuldgefühle	0...1...2...3...4...5	
22. Ich finde es schwierig, andere zu loben oder ein Kompliment zu machen	0...1...2...3...4...5	
23. Es ist mir äußerst unangenehm, in einer Gesellschaft unpassend gekleidet zu sein	0...1...2...3...4...5	
24. Ich bin sehr selbstsicher	0...1...2...3...4...5	
25. Es ist mir unangenehm, eine Verkäuferin lange in Anspruch zu nehmen	0...1...2...3...4...5	
26. Ich neige dazu, eher nachzugeben, als einen Streit anzufangen	0...1...2...3...4...5	
27. Wenn ich lächerlich gemacht werde, kann ich überhaupt nichts mehr erwidern	0...1...2...3...4...5	
28. Es ist mir unangenehm, wenn ich jemandem zu Dank verpflichtet bin	0...1...2...3...4...5	
29. Ich wage es nie, offen zu sagen, was mir an anderen nicht gefällt	0...1...2...3...4...5	
30. Ich bin sehr verlegen, wenn ich im Mittelpunkt des Interesses stehe	0...1...2...3...4...5	
31. In Gegenwart von Autoritätspersonen bin ich immer verwirrt	0...1...2...3...4...5	
32. Eine Gehaltserhöhung zu fordern ist mir fast unmöglich	0...1...2...3...4...5	
33. Ich vermeide möglichst unangenehme Auseinandersetzungen, auch wenn sie notwendig wären	0...1...2...3...4...5	
34. Wenn mich mein Vorgesetzter zu Unrecht tadelt, kann ich mich immer erfolgreich verteidigen	0...1...2...3...4...5	

	stimmt gar nicht	stimmt voll- kommen
35. Auch wenn ich einen Freund dringend brauche, würde ich ihn nie spät abends an- rufen	0...1...2...3...4...5	
36. Es fällt mir schwer, falsche Rechnungen, zu bemängeln	0...1...2...3...4...5	
37. Ich lasse meine Entscheidungen leicht wieder von anderen Leuten umwerfen	0...1...2...3...4...5	
38. Es fehlt mir sicher an Selbstvertrauen	0...1...2...3...4...5	
39. Ich äußere meinen Ärger sofort, wenn ein Freund mich zu Unrecht kritisiert	0...1...2...3...4...5	
40. Wenn jemand meine Arbeit kritisiert, bringe ich gar nichts mehr zustande	0...1...2...3...4...5	
41. Einem sehr zuvorkommenden Verkäufer nehme ich immer etwas ab	0...1...2...3...4...5	
42. Ich kann immer eine angemessene Bezah- lung für meine Arbeit fordern	0...1...2...3...4...5	
43. Ich bin gewöhnlich still "um des lieben Friedens willen"	0...1...2...3...4...5	
44. Es ist mir unangenehm, Freunde um einen Gefallen zu bitten	0...1...2...3...4...5	
45. Ich habe oft Angst, lächerlich zu wirken	0...1...2...3...4...5	
46. Ich würde mich in einem Restaurant nie bei dem Geschäftsführer beschweren	0...1...2...3...4...5	
47. Wenn ich zuwenig Wechselgeld zurück- bekomme, lasse ich es dabei bewenden	0...1...2...3...4...5	
48. Ich wage es kaum, eigene Wünsche zu äußern	0...1...2...3...4...5	
49. Ich fühle mich sehr schnell hilflos	0...1...2...3...4...5	
50. In Gegenwart des anderen Geschlechts bin ich immer schüchtern	0...1...2...3...4...5	
51. Ich habe ständig Angst, daß ich etwas Falsches sagen oder tun könnte	0...1...2...3...4...5	
52. Meine Forderungen kann ich leicht durch- setzen	0...1...2...3...4...5	

Bitte wenden →

	stimmt gar nicht	stimmt voll- kommen
53. Es ist mir peinlich, wenn andere mir ihre Hilfe anbieten	0...1...2...3...4...5	
54. Wenn mein Chef sich in meinem Arbeitsraum aufhält, fühle ich mich befangen	0...1...2...3...4...5	
55. Es macht mir nichts aus, in einem Restaurant laut nach dem Ober zu rufen	0...1...2...3...4...5	
56. Wenn ich einem Bettler nichts gebe, habe ich Schuldgefühle	0...1...2...3...4...5	
57. Es ist mir äußerst peinlich, bei einer Veranstaltung zu spät zu kommen	0...1...2...3...4...5	
58. Ich verahre mich dagegen, daß meine Familie sich in Dinge einmischt, die allein mich angehen	0...1...2...3...4...5	
59. Es fällt mir schwer, jemandem zu sagen, daß ich ihn mag	0...1...2...3...4...5	
60. Ich versuche fast immer, meine Gefühle zu verbergen	0...1...2...3...4...5	
61. Mit einer fremden Person zu tanzen ist mir unangenehm	0...1...2...3...4...5	
62. Ich vermeide fast immer, etwas zu sagen, was die Gefühle des anderen verletzen könnte	0...1...2...3...4...5	
63. Einem armen Hausierer kaufe ich immer etwas ab	0...1...2...3...4...5	
64. Es ist mir unmöglich, mit Menschen, die mir nahestehen, zu streiten	0...1...2...3...4...5	
65. Ich werde immer verlegen, wenn mir ein Kompliment gemacht wird	0...1...2...3...4...5	

SAV

Datum:

Code-Nr.:

Im folgenden finden Sie eine Reihe von Feststellungen,
die mit "ja" oder "nein" beantwortet werden können.
Bitte kreuzen Sie diejenige Antwort an, die für Sie zutrifft.

- | | | |
|--|----|------|
| 1. Ich fühle mich auch in unvertrauten sozialen Situationen entspannt | ja | nein |
| 2. Ich versuche, Situationen zu vermeiden, die von mir verlangen, gesellig zu sein | ja | nein |
| 3. Es fällt mir leicht, mich in Gegenwart fremder Leute zu entspannen | ja | nein |
| 4. Ich habe kein besonderes Bedürfnis, Menschen aus dem Wege zu gehen | ja | nein |
| 5. Gesellschaftliche Veranstaltungen bringen mich oft aus der Fassung | ja | nein |
| 6. Bei gesellschaftlichen Anlässen fühle ich mich meist ruhig und gelassen | ja | nein |
| 7. Ich fühle mich meist wohl, wenn ich mit einer Person des anderen Geschlechts rede | ja | nein |
| 8. Ich versuche, möglichst nicht mit Personen zu reden, die ich nicht gut kenne | ja | nein |
| 9. Wenn sich eine Gelegenheit bietet, neue Menschen kennenzulernen, nehme ich sie oft wahr | ja | nein |
| 10. Bei einem zwanglosen Zusammensein von Männern und Frauen bin ich nervös und angespannt | ja | nein |
| 11. Gewöhnlich bin ich Leuten gegenüber nervös, wenn ich sie nicht gut kenne | ja | nein |
| 12. Ich bin gewöhnlich entspannt, wenn ich mit einer Gruppe von Leuten zusammen bin | ja | nein |
| 13. Ich möchte mich oft von Menschen entfernen ... | ja | nein |
| 14. Ich fühle mich meist unwohl in einer Gruppe Menschen, die ich nicht kenne | ja | nein |

- | | | |
|--|----|------|
| 15. Wenn ich jemanden zum ersten Mal treffe, bin ich meist entspannt | ja | nein |
| 16. Wenn man mich jemandem vorstellt, werde ich verwirrt und nervös | ja | nein |
| 17. Ich kann ohne weiteres ein Zimmer voller fremder Menschen betreten | ja | nein |
| 18. Ich vermeide es gewöhnlich, auf eine große Personengruppe zuzugehen und mich ihr anzuschließen | ja | nein |
| 19. Wenn meine Vorgesetzten mit mir plaudern wollen, so tue ich das gerne | ja | nein |
| 20. In einer Gruppe von Leuten bin ich oft gereizt | ja | nein |
| 21. Ich neige dazu, mich vor Leuten zurückzuziehen | ja | nein |
| 22. Es macht mir nichts aus, auf Parties oder sozialen Zusammenkünften mit Leuten zu reden | ja | nein |
| 23. In einer großen Menschengruppe fühle ich mich selten wohl | ja | nein |
| 24. Ich erfinde oft Entschuldigungen, um soziale Konflikte zu vermeiden | ja | nein |
| 25. Ich stelle manchmal andere Leute einander vor | ja | nein |
| 26. Ich versuche, formellen sozialen Anlässen aus dem Wege zu gehen | ja | nein |
| 27. Ich beteilige mich meist an allen möglichen sozialen Aktivitäten | ja | nein |
| 28. Es fällt mir leicht, mich unter anderen Menschen entspannt zu fühlen | ja | nein |

IPK-S

Datum:

Code-Nr.:

Anleitung

Sicher ist Ihnen schon an sich selber aufgefallen, daß Sie manchmal in Gedanken oder auch leise mit sich selber sprechen.

Jeder Mensch tut dies und es ist nichts Unnatürliches!

Auf den beiden folgenden Seiten werden Sie eine Reihe von Äußerungen finden, wie Menschen sie in den verschiedensten Situationen sich selbst gegenüber verwenden.

Lesen Sie bitte diese Äußerungen genau durch und kreuzen Sie anschließend an, wie oft Sie die jeweilige Äußerung sich selbst gegenüber benutzen.

Überlegen Sie bitte nicht allzu lange, sondern kreuzen Sie spontan diejenige der rechts neben den Äußerungen stehenden Antwortmöglichkeiten an, die jeweils für Sie persönlich zutrifft!

Beispiel: "Wird schon werden!"

Wenn Sie meinen, daß Sie diese Äußerung sehr oft sich selbst gegenüber benutzen, dann kreuzen Sie bitte "häufig" an. Benutzen Sie sie dagegen nur sehr wenig, so kreuzen Sie "selten" an.

Entsprechendes gilt für die restlichen beiden Antwortmöglichkeiten!

Seien Sie im übrigen etwas großzügig, falls die aufgeführten Äußerungen nicht immer genau in der für Sie persönlich zutreffenden Form erscheinen.

Kreuzen Sie dann bitte an, wie oft Sie diese Äußerung sich selber gegenüber benutzen könnten bzw. benutzen würden!

	nie	selten	öfter	häufig
1. Wird schon werden!	0	-----	0	-----
2. Mensch, heute fühle ich mich so richtig wohl.	0	-----	0	-----
3. Immer muß mir so etwas passieren.	0	-----	0	-----
4. Du wirst das schon machen.	0	-----	0	-----
5. Schon wieder nichts geschafft.	0	-----	0	-----
6. Was ich auch mache, es ist verkehrt.	0	-----	0	-----
7. So habe ich es mir gewünscht.	0	-----	0	-----
8. Ich glaube ich schaffe es nicht.	0	-----	0	-----
9. Mir ist ziemlich mies zumute.	0	-----	0	-----
10. Klasse, das hat hervorragend geklappt.	0	-----	0	-----
11. So gut wie heute ging's mir noch nie!	0	-----	0	-----
12. Bei mir klappt es einfach nicht.	0	-----	0	-----
13. Ich bin vielleicht doof.	0	-----	0	-----
14. Das werd' ich schon schaffen.	0	-----	0	-----
15. Ach, was ist mir flau zumute.	0	-----	0	-----
16. Das habe ich sehr gut hingekriegt.	0	-----	0	-----
17. Jetzt bin ich richtig glücklich.	0	-----	0	-----
18. Das schaffst du nie.	0	-----	0	-----
19. Das hat prima geklappt.	0	-----	0	-----
20. Das tut gut.	0	-----	0	-----
21. Du machst aber auch alles kaputt.	0	-----	0	-----

nie selten öfter häufig

- | | | |
|-----|--|---------------------|
| 22. | Ich fühle mich leicht und
beschwingt. | O-----O-----O-----O |
| 23. | Es ist alles zum Kotzen. | O-----O-----O-----O |
| 24. | Besser hättest du es nicht
machen können. | O-----O-----O-----O |
| 25. | Na, wie hast Du das mal wieder
hingekriegt. | O-----O-----O-----O |
| 26. | Ich fühle mich pudelwohl. | O-----O-----O-----O |
| 27. | Du fängst alles an, ohne es
zu vollenden. | O-----O-----O-----O |
| 28. | Ich halt's nicht mehr aus. | O-----O-----O-----O |
| 29. | Fein, es lief so, wie es
laufen sollte. | O-----O-----O-----O |
| 30. | Alles halb so wild. | O-----O-----O-----O |
| 31. | Das kann ich doch nicht. | O-----O-----O-----O |
| 32. | Ich könnte die ganze Welt umarmen. | O-----O-----O-----O |
| 33. | Ich bin aber auch ein Esel. | O-----O-----O-----O |
| 34. | Ichühl' mich elend. | O-----O-----O-----O |
| 35. | Das klappt ja schon viel besser,
als beim letztenmal. | O-----O-----O-----O |
| 36. | Ich habe aber auch nie Glück. | O-----O-----O-----O |
| 37. | Wird schon nicht so schlimm
werden. | O-----O-----O-----O |
| 38. | Ichühl' mich beschissen. | O-----O-----O-----O |

FEIK

Datum:

Code-Nr.:

Im folgenden finden Sie einige Fragen zu alltäglichen Erlebnissen, die die meisten Menschen schon einmal gehabt haben.

Es geht darum, wie Sie sich solche Ereignisse erklären und wer oder was nach Ihrer Meinung dafür verantwortlich ist.

Für jedes Ereignis haben wir zwei Erklärungen vorgeschlagen.

Selbstverständlich kann es vorkommen, daß es auch andere

Erklärungen gibt, die wir nicht genannt haben. In diesem Fall kreuzen Sie bitte die beiden Erklärungen so an, wie es für Sie am ehesten zutrifft.

Die Zahlen neben den Erklärungen bedeuten:

4 = es liegt sehr stark daran

3 = es liegt stark daran

2 = es liegt etwas daran

1 = es liegt nicht daran

Ein Beispiel:

Woran kann es liegen, wenn Ihnen die Arbeit leicht von der Hand geht?

Es ist eine angenehme und interessante Arbeit.

4 3 ~~2~~ 1

Ich gebe mir besondere Mühe

~~4~~ 3 2 1

Wenn Sie so ankreuzen, dann würde das bedeuten, daß es sehr stark daran liegt, daß Sie sich selbst sehr bemühen und es weniger wichtig ist, ob die Arbeit angenehm und interessant ist.

Natürlich kann es auch vorkommen, daß beide Erklärungen gleich wichtig sind. Dann können Sie auch beide Erklärungen gleich ankreuzen. Aber suchen Sie nach Möglichkeit aus den beiden Erklärungen immer diejenige heraus, die für Sie stärker zutrifft.

1. Woran kann es liegen, wenn Sie schlecht schlafen können?

Das ist Zufall und kommt immer wieder einmal vor. 4 3 2 1

Ich mache mir wegen irgendwelcher Dinge Sorgen. 4 3 2 1

2. Sie verstehen sich mit einem anderen Menschen ganz besonders gut. Woran kann das liegen?

Ich kann gut auf andere Menschen eingehen. 4 3 2 1

Der andere hat die gleichen Interessen wie ich. 4 3 2 1

3. Sie fühlen sich so richtig gesund und munter. Woran kann das liegen?

Das Schicksal meint es gerade gut mit mir. 4 3 2 1

Ich achte auf eine gesunde Lebensweise. 4 3 2 1

4. Sie bewerben sich gleichzeitig mit vielen anderen um eine Stelle. Sie haben bei dem Vorstellungsgespräch den besten Eindruck gemacht. Woran kann das liegen?

Ich habe mir besondere Mühe gegeben. 4 3 2 1

Ich habe einfach Glück gehabt. 4 3 2 1

5. Sie streiten sich mit jemandem. Woran kann das liegen?

Der andere hat eine völlig falsche Meinung. 4 3 2 1

Ich bin gerade besonders gereizt. 4 3 2 1

6. Woran kann es liegen, wenn Sie einmal so richtig ausgelassen sind?

Das hängt vom Zufall ab. 4 3 2 1

Ich versuche, meine Sorgen zu vergessen. 4 3 2 1

7. Eines Morgens haben Sie heftige Kopfschmerzen. Woran kann das liegen?

Ich bin am Abend vorher zu spät ins Bett gegangen. 4 3 2 1

Es ist gerade sehr drückendes Wetter. 4 3 2 1

8. Woher kann es kommen, wenn andere Menschen sich über Sie lustig machen?

Die anderen haben irgendetwas falsch verstanden. 4 3 2 1

Ich habe mich ungeschickt benommen. 4 3 2 1

9. Nach einer langen Autofahrt fühlen Sie sich immer noch recht frisch. Woher kann das kommen?

Ich habe daran gedacht, öfters eine Pause zu machen. 4 3 2 1

Es war glücklicherweise wenig Verkehr. 4 3 2 1

10. Woran kann es liegen, wenn Sie einmal sehr wütend werden?

Das ist eben mein Temperament. 4 3 2 1

Zufällig sind viele ärgerliche Dinge zusammengekommen. 4 3 2 1

11. Woher kann es kommen, wenn andere Leute nichts auf Ihre Meinung geben?

Ich habe mir zuwenig Mühe gegeben, die anderen zu überzeugen. 4 3 2 1

Die meisten Menschen hören einem gar nicht richtig zu. 4 3 2 1

12. Woran kann es liegen, wenn Sie sich zu nichts aufraffen können?

Es ist gerade sehr schwüles Wetter. 4 3 2 1

Ich habe mir nicht genügend Mühe gegeben. 4 3 2 1

13. Sie haben sich über irgend etwas sehr geärgert, woran kann es liegen, wenn Ihre Stimmung nach einiger Zeit wieder besser wird als ist? unerwartet etwas Unrechtes geschehen. 4 3 2 1
Ich habe mich zusammengekommen und verzicht. 4 3 2 1
nicht mehr daran zu denken. 4 3 2 1

14. woran kann es liegen, wenn Sie bei einem Fest in Mittelpunkt stehen?
Ich habe an diesem Abend besonders gute Laune. 4 3 2 1
Das hat sich zufällig so ergeben. 4 3 2 1

15. Sie haben beim Kartenspielen verloren, aber Sie ärgern sich nicht darüber. woran kann das liegen?
Ich nehme so etwas nie ernst. 4 3 2 1
Das Spiel war neu für mich und deshalb besonders schwierig. 4 3 2 1

16. Woran kann es liegen, wenn Sie sich im Urlaub langweilen?
Ich weiß nicht so recht, was ich tun könnte. 4 3 2 1
Es ist sehr schlechtes Wetter. 4 3 2 1

17. Eines Abends müssen Sie zu einer Verabredung. Obwohl Sie sehr müde sind, gehen Sie trotzdem hin. woran kann das liegen?
Meine Freunde haben mich dringend um mein Kommen gebeten. 4 3 2 1
Ich nehme mich zusammen. 4 3 2 1

18. Woher kann es kommen, wenn andere Menschen Ihnen aufmerksam zuhören?
Es ist mir etwas Aufregendes passiert, was ich berichten kann. 4 3 2 1
Ich gebe mir Mühe, etwas Interessantes zu erzählen. 4 3 2 1

19. Woher kann es kommen, wenn Sie mehr wiegen als Sie eigentlich möchten?

Man bekommt in Gaststätten und Kantinen oft
Speisen, die viel zu fett sind. 4 3 2 1

Es fällt mir schwer, auf Dinge zu verzichten,
die gut schmecken, aber dick machen. 4 3 2 1

20. Woher kann es kommen, wenn Sie nach einer Krankheit schnell wieder auf die Beine kommen?

Ich nehme mich zusammen. 4 3 2 1

Glücklicherweise war es nur eine leichte
Krankheit. 4 3 2 1

21. Woran kann es liegen, wenn Sie mit Ihrer Arbeit unzufrieden sind?

Ich habe etwas falsch gemacht. 4 3 2 1

Die Arbeit ist schwierig und unangenehm. 4 3 2 1

22. Woran kann es liegen, wenn Sie Angst vor der Zukunft haben?

Man hört täglich von so vielen schrecklichen
Dingen. 4 3 2 1

Ich mache mir immer sehr viele Sorgen. 4 3 2 1

23. Woran kann es liegen, wenn jemand Sie nicht leiden kann?

Ich war nicht sehr freundlich zu ihm. 4 3 2 1

Manche Leute sind eben etwas eigenartig. 4 3 2 1

MEPS (M)

Datum:

Code-Nr.:

Anleitung:

Auf den folgenden Seiten sind wir an Ihrer
Vorstellungskraft interessiert.

Ihre Aufgabe ist es, einige Geschichten zu
vervollständigen. Für jede Geschichte werden
Ihnen Anfang und Ende vorgegeben.

Sie sollen dabei eine Geschichte erfinden,
die den vorgegebenen Anfang mit dem
vorgegebenen Ende verbindet. Mit anderen
Worten, fügen Sie den mittleren Teil der
Geschichte hinzu.

Schreiben Sie wenigstens ein paar Sätze
zu jeder Geschichte.

MEPS-Geschichten:

1. Peter liebt seine Freundin heiß und innig, aber trotzdem kommt es häufig zu heftigen Auseinandersetzungen. Eines Tages verläßt sie ihn. Peter möchte nicht einfach aufgeben.

Schluß der Geschichte: Die beiden sind wieder zusammen und kommen jetzt sehr gut miteinander aus.

(Beginnen Sie mit Ihrer Schilderung an der Stelle, wo die Freundin ihn nach einem heftigen Streit verläßt.)

2. Herr P. kommt vom Einkaufen nach Hause und merkt, daß er seine Uhr verloren hat. Er ist darüber sehr bestürzt.

Schluß der Geschichte: Herr P. findet seine Uhr wieder und ist darüber sehr erleichtert.

(Beginnen Sie mit Ihrer Schilderung an der Stelle, wo Herr P. bemerkt, daß er seine Uhr verloren hat.)

3. Herr C. ist gerade in eine fremde Gegend umgezogen und kennt noch niemanden. Herr C. ist sehr daran gelegen, Freunde in der Nachbarschaft zu haben.

Schluß der Geschichte: Herr C. hat eine Reihe guter Freunde gefunden und fühlt sich nun in der Nachbarschaft wohl.

(Beginnen Sie mit Ihrer Schilderung an der Stelle, wo Herr C. in seiner Wohnung steht, nachdem er gerade in der neuen Nachbarschaft angekommen ist.)

4. Beim Essen in einem Restaurant bemerkt Dieter eine sehr gut aussehende Frau, die er nicht kennt. Er ist sofort von ihr gefesselt.

Schluß der Geschichte: Die beiden heiraten.

(Beginnen Sie mit Ihrer Schilderung an der Stelle, wo Dieter gerade die Frau im Restaurant entdeckt.)

Auswertungskategorien des MEPS-Verfahrens:

Der Geschichteninhalt wird als "relevante Mittel" (RM) gewertet, wenn der vorgegebene Anfang und das Ende der Geschichte in logischer und folgerichtiger Weise miteinander verbunden werden. Hierbei wird jeder Schritt, der die Hauptperson der Geschichte tatsächlich zum Ziel führt, als ein relevantes Mittel gewertet, d.h. eine Geschichte kann mehrere relevante Mittel enthalten.

Die gesamte Geschichte wird als ein "irrelevantes Mittel" (IM) bewertet, wenn entweder die aufgeführten Mittel im Zusammenhang der Geschichte nicht effektiv sind, sondern zu einem anderen Ziel führen oder grundlegende Mittel, die für den sinnvollen Aufbau der Geschichte notwendig sind, wie z.B. der sogenannte "erste Schritt", fehlen.

Die gesamte Geschichte wird als "kein Mittel" (NM) gewertet, wenn die Beschreibung der Schritte nicht ausreichend ist, die Antwort nur eine Wiedergabe oder Umformung der vorgegebenen Geschichten-Teile ist oder die Antwort lediglich ein Werturteil darstellt.

Fehlt die Aufgabenbeantwortung oder ist sie nicht auf die Aufgabe bezogen, wird die gesamte Geschichte der Kategorie "keine Antwort" (NR) zugeordnet.

Alle vier genannten Kategorien sind einander ausschließend, d.h. eine Aufgabenantwort kann nur einer der vier Kategorien zugeordnet werden.

Zusätzlich kann ein "Relevanz-Quotient" (RR) berechnet werden, der die Anzahl relevanter Lösungsschritte in Beziehung zu den ineffektiven Lösungen setzt:

$$RR = \frac{\text{Summe aller RM}}{\text{Summe aller RM} + \text{IM} + \text{NM}}$$

Sew

Datum:

Code-Nr.:

Im folgenden finden Sie eine Reihe von Gegensatzpaaren, die sich auf verschiedene Verhaltensbereiche beziehen.

Es geht hier darum, wie Sie sich selbst in sozialen Situationen sehen und einschätzen.

Natürlich kann Ihr Verhalten in verschiedenen Situationen unterschiedlich sein. Hier geht es jedoch darum, wie Sie Ihr Verhalten in zwischenmenschlichen Situationen im allgemeinen einschätzen.

Für Ihre Einschätzung haben wir zwischen den Gegensatzpaaren eine Skala von -3 bis +3 vorgegeben.

Die Zahlen bedeuten:

- 3 bzw. 3: sehr stark ausgeprägt
- 2 bzw. 2: stark ausgeprägt
- 1 bzw. 1: etwas ausgeprägt
- 0: weder - noch (unentschieden)

Kreuzen Sie bitte bei jedem Gegensatzpaar an, wie Sie Ihr Verhalten in sozialen Situationen im allgemeinen wahrnehmen.

Machen Sie bitte pro Gegensatzpaar nur ein Kreuz.

Körperhaltung:

1. entspannt	-3	-2	-1	0	1	2	3	verspannt
2. geduckt	-3	-2	-1	0	1	2	3	aufrecht

Distanz und Nähe:

3. wende mich dem Partner zu	-3	-2	-1	0	1	2	3	wende mich vom Partner ab
4. sehe den Partner an	-3	-2	-1	0	1	2	3	sehe vom Partner weg
5. suche Distanz	-3	-2	-1	0	1	2	3	suche Nähe

Blickkontakt:

6. selten	-3	-2	-1	0	1	2	3	oft
7. andauernd	-3	-2	-1	0	1	2	3	flüchtig
8. flackernd	-3	-2	-1	0	1	2	3	fest
9. unterstütze den Inhalt mit Blicken	-3	-2	-1	0	1	2	3	schaue weg, wenn ich selbst rede

Mimik:

10. ausdrucksarm	-3	-2	-1	0	1	2	3	ausdrucksreich
11. steif	-3	-2	-1	0	1	2	3	beweglich
12. übereinstimmend mit Inhalt	-3	-2	-1	0	1	2	3	nicht übereinstimmend mit Inhalt
13. Kopfnicken als Ausdrucksmittel	-3	-2	-1	0	1	2	3	kein Kopfnicken als Ausdrucksmittel

Hände:

14. ruhig	-3	-2	-1	0	1	2	3	unruhig
15. entspannt	-3	-2	-1	0	1	2	3	verspannt
16. nervös	-3	-2	-1	0	1	2	3	gelassen
17. Handbewegung als Ausdrucksmittel	-3	-2	-1	0	1	2	3	weiß nicht, was ich damit tun soll

Gestik:

8. kein Gestikulieren	-3	-2	-1	0	1	2	3	gestikuliere
9. variiere Armposition	-3	-2	-1	0	1	2	3	halte Armposition konstant

Stimme:

0. hastig	-3	-2	-1	0	1	2	3	ruhig
1. gleichmäßig	-3	-2	-1	0	1	2	3	stotternd
2. dynamisch	-3	-2	-1	0	1	2	3	gehemmt
3. betonend	-3	-2	-1	0	1	2	3	monoton
4. nicht übereinstimmend mit Inhalt	-3	-2	-1	0	1	2	3	übereinstimmend mit Inhalt
5. flüssig	-3	-2	-1	0	1	2	3	stockend
6. ausdrucksarm	-3	-2	-1	0	1	2	3	ausdrucksreich
7. zittrig	-3	-2	-1	0	1	2	3	fest

Tonfall:

8. unschlüssig	-3	-2	-1	0	1	2	3	bestimmt
----------------	----	----	----	---	---	---	---	----------

Lautstärke:

9. leise	-3	-2	-1	0	1	2	3	laut
0. dem Inhalt unangepaßt	-3	-2	-1	0	1	2	3	dem Inhalt angepaßt
1. deutlich	-3	-2	-1	0	1	2	3	undeutlich

Antworten:

2. längere Antworten	-3	-2	-1	0	1	2	3	kürzere Antworten
3. spreche mehr als der Partner	-3	-2	-1	0	1	2	3	spreche weniger als der Partner
4. mache oft Pausen	-3	-2	-1	0	1	2	3	mache selten Pausen

Inhalt:

35. Gebrauch von "man", "es"	-3	-2	-1	0	1	2	3	Gebrauch von "ich"
36. Verwendung von Gefühlen und Bedürfnissen in offiziellen Gesprächen	-3	-2	-1	0	1	2	3	Verwendung von Normen u.ä. in offiziellen Gesprächen
37. Äußerung von Gefühlen und Bedürfnissen in privaten Gesprächen	-3	-2	-1	0	1	2	3	Äußerung von Normen u.ä. in privaten Gesprächen
38. zu viel Entschuldigungen	-3	-2	-1	0	1	2	3	keine unangebrachte Entschuldigung
39. kurzer Dank für Entgegenkommen	-3	-2	-1	0	1	2	3	überschwengliche Dankbarkeit
40. drücke eigene Gefühle aus	-3	-2	-1	0	1	2	3	drücke keine eigenen Gefühle aus
41. lasse mich aus dem Konzept bringen	-3	-2	-1	0	1	2	3	halte mein Konzept durch
42. äußere präzise Bitten und Forderungen	-3	-2	-1	0	1	2	3	äußere zu viel Überflüssiges
43. suche nach Worten	-3	-2	-1	0	1	2	3	suche nicht nach Worten
44. defensiv	-3	-2	-1	0	1	2	3	offensiv
45. Gebrauch von Wörtern wie "wir", "unser", "uns"	-3	-2	-1	0	1	2	3	kein Gebrauch von Wörtern wie "wir", "unser", "uns"

Bitte wenden —→

AN

Im folgenden geht es darum, wie Ihr Verhalten in sozialen Situationen aussehen müßte, damit Sie mit sich selbst zufrieden sein können.

Gehen Sie bitte die obige Liste noch einmal durch und prüfen Sie, wo Sie etwas an Ihrem Verhalten stört. Machen Sie bei jedem Gegensatzpaar einen Kreis, wie Sie sich verhalten müßten, um mit sich zufrieden zu sein.

Es kann natürlich sein, daß Sie mit Ihrem jetzigen Verhalten zufrieden sind. In diesem Fall müßten Sie jeweils da einen Kreis machen, wo Sie vorher ein Kreuz gemacht haben.

Es geht hier nicht um Ihre Idealvorstellungen, sondern darum, wie Sie sich in zwischenmenschlichen Situationen im allgemeinen verhalten müßten, um überhaupt mit sich zufrieden zu sein.

Machen Sie bitte bei jedem Gegensatzpaar einen Kreis, wie Sie sich in sozialen Situationen im allgemeinen verhalten müßten, um mit sich selbst zufrieden zu sein.

Machen Sie bitte pro Gegensatzpaar nur einen Kreis.

FW

Datum:

Code-Nr.:

Im folgenden finden Sie eine Reihe von Gegensatzpaaren, die sich auf verschiedene Verhaltensbereiche beziehen.

Es geht hier darum, wie Sie Herrn/Frau (...), von dem/der Sie diesen Fragebogen erhalten haben, in sozialen Situationen sehen und einschätzen.

Natürlich kann sein/ihr Verhalten in verschiedenen Situationen unterschiedlich sein. Hier geht es jedoch darum, wie Sie sein/ihr Verhalten in zwischenmenschlichen Situationen im allgemeinen einschätzen.

Für Ihre Einschätzung haben wir zwischen den Gegensatzpaaren eine Skala von -3 bis +3 vorgegeben.

Die Zahlen bedeuten:

- 3 bzw. 3: sehr stark ausgeprägt
- 2 bzw. 2: stark ausgeprägt
- 1 bzw. 1: etwas ausgeprägt
- 0: weder - noch (unentschieden)

Kreuzen Sie bitte bei jedem Gegensatzpaar an, wie Sie das Verhalten von Herrn/Frau (...) in sozialen Situationen im allgemeinen wahrnehmen.

Machen Sie bitte pro Gegensatzpaar nur ein Kreuz.

Datum:

FKE

Code-Nr.:

Im folgenden finden Sie eine Reihe von Situations-
beschreibungen mit jeweils einer dazugehörigen
Verhaltensweise.

Stellen Sie sich vor, daß Sie in den Situationen das
jeweils beschriebene Verhalten zeigen. Es geht darum,
welche möglichen Folgen Sie auf Ihre Reaktion
erwarten; d.h. was glauben Sie, wie ihr Gegenüber
reagieren wird?

Stellen Sie sich bitte vor, daß Sie selbst in den
beschriebenen Situationen das jeweils vorgegebene
Verhalten zeigen und kreuzen Sie dann an, welche
Konsequenz Sie erwarten.

Vorgegeben sind die Zahlen von 1 bis 6.

1 = sehr negativ

6 = sehr positiv

Machen Sie bitte nur ein Kreuz pro Zeile.

1. Situation: Sie werden von jemandem gefragt, ob Sie ihn in Ihrem Auto mit nach Hause nehmen können. Es ist für Sie aber sehr ungünstig, denn Sie sind spät dran, haben noch ein paar Besorgungen zu machen und die Fahrt würde Sie ziemlich von Ihrem Weg abbringen.

Ihr Verhalten: Sie sagen: Ich bin furchtbar zeitknapp heute. Ich kann Sie gerne zu einer günstigen Bushaltestelle mitnehmen; aber ich habe absolut keine Zeit, Sie nach Hause zu fahren.

Was erwarten Sie, wie der andere reagieren wird?

sehr negativ 1 2 3 4 5 6 sehr positiv

2. Situation: Sie warten in einem Geschäft in einer Schlange an der Kasse. Jemand ist hinter Ihnen und hat nur einen Artikel und fragt Sie, ob er vor Ihnen an die Kasse darf.

Ihr Verhalten: Sie sagen: Ich bin schon ganz ungeduldig, hier fertig zu werden; und weil ich als nächster an der Reihe bin, möchte ich auch niemanden mehr vorlassen.

Was erwarten Sie, wie der andere reagieren wird?

sehr negativ 1 2 3 4 5 6 sehr positiv

3. Situation: Sie werden auf einer Sitzung von einem der Anwesenden häufiger unterbrochen, während Sie sprechen.

Ihr Verhalten: Sie sagen: Bedauere, aber zunächst möchte ich meine Ausführungen erst einmal zu Ende bringen.

Was erwarten Sie, wie der andere reagieren wird?

sehr negativ 1 2 3 4 5 6 sehr positiv

4. Situation: Sie wurden von Ihrem Partner in Gegenwart von Freunden wegen Ihrer äußeren Erscheinung heftig kritisiert.

Ihr Verhalten: Sie sagen: Es verletzt mich, wenn Du mein Äußeres in Gegenwart anderer Leute kritisierst. Wenn Du mir in der Beziehung etwas sagen möchtest, dann tu das doch bitte, bevor wir von zuhause weggehen.

Was erwarten Sie, wie der andere reagieren wird?

sehr negativ 1 2 3 4 5 6 sehr positiv

5. Situation: Sie sind als neues Mitglied in einer Gruppe aufgenommen worden und werden gebeten, die Protokolle der Sitzungen zu schreiben.

Ihr Verhalten: Sie antworten: Ich bin damit einverstanden, anteilig das Protokoll zu übernehmen und will es für heute tun. Bei den nächsten Sitzungen - finde ich - sollten wir diese Aufgabe umschichtig übernehmen.

Was erwarten Sie, wie der andere reagieren wird?

sehr negativ 1 2 3 4 5 6 sehr positiv

6. Situation: Ihr Partner wird plötzlich sehr schweigsam, anstatt zu äußern, was ihn offensichtlich bedrückt.

Ihr Verhalten: Sie sagen: Ich habe den Eindruck, daß Dich etwas drückt und daß es Dir unangenehm ist, davon zu reden. Ich denke, wir sollten aber trotzdem versuchen, darüber zu sprechen. Vielleicht kannst Du andeuten, was Dich an mir stört.

Was erwarten Sie, wie der andere reagieren wird?

sehr negativ 1 2 3 4 5 6 sehr positiv

7. Situation: Jede Nacht knallt Ihr(e) Mitbewohner(in) jedesmal mit der Badezimmertür und der Schlafzimmertür und hält Sie damit entweder wach oder weckt Sie sogar aus dem Schlaf, was Sie unheimlich stört.

Ihr Verhalten: Sie sagen: Bitte, knall nicht so mit den Türen; es ist furchtbar störend so mitten in der Nacht. Ich wache davon auf und kann dann nicht wieder einschlafen.

Was erwarten Sie, wie der andere reagieren wird?

sehr negativ 1 2 3 4 5 6 sehr positiv

8. Situation: Sie haben Ihrer Nachbarin wiederholt Ihren Staubsauger geliehen. Das letzte Mal als sie ihn zurückbrachte, war er kaputt. Sie bittet heute wieder darum.

Ihr Verhalten: Sie antworten: Es tut mir leid, aber ich möchte meinen Staubsauger nicht mehr ausleihen. Letztes Mal als ich ihn an Sie verliehen hatte, war er hinterher defekt.

Was erwarten Sie, wie der andere reagieren wird?

sehr negativ 1 2 3 4 5 6 sehr positiv

9. Situation: Ihr Partner erwartet, daß das Abendessen auf dem Tisch steht, sobald er zuhause ankommt, und er wird wütend, wenn es nicht sofort und pünktlich serviert wird.

Ihr Verhalten: Sie sagen: Ich weiß, daß Du müde und hungrig bist und daß Du Dein Essen immer sofort haben möchtest; aber ich habe an meiner Bildhauerei weitergearbeitet, und es liegt mir sehr viel daran. Ich habe das Abendessen aber in ein paar Minuten fertig.

Was erwarten Sie, wie der andere reagieren wird?

sehr negativ 1 2 3 4 5 6 sehr positiv

0. Situation: Sie werden gebeten, bei einer Festveranstaltung Ihres Vereins beim Bedienen zu helfen.

Ihr Verhalten: Sie antworten: Ich bedaure, aber ich bin nicht abkömmlich, um auf dieser Veranstaltung beim Bedienen zu helfen.

Was erwarten Sie, wie der andere reagieren wird?

sehr negativ 1 2 3 4 5 6 sehr positiv

11. Situation: Ihr Ehepartner hat versprochen, er würde mit Ihrer Tochter sprechen wegen ihres Benehmens in der Schule. Dieses Versprechen ist bis jetzt nicht eingehalten worden.

Ihr Verhalten: Sie sagen: Ich dachte, wir hätten uns letzten Dienstag geeinigt, daß Du mit Barbara sprechen würdest wegen ihres Verhaltens in der Schule. Bisher hast Du da noch nichts unternommen. Ich denke eigentlich, Du solltest das bald machen. Mir wäre heute abend ein Termin sehr recht.

Was erwarten Sie, wie der andere reagieren wird?

sehr negativ 1 2 3 4 5 6 sehr positiv

12. Situation: Ihr Sohn hat Probleme mit einem Lehrer. Der Vertrauenslehrer war gebeten worden, sich vermittelnd einzuschalten. Bisher ist nicht geschehen.

Ihr Verhalten: Sie sagen: Wir hatten Sie darum gebeten, in dieser Angelegenheit etwas zu unternehmen, und es beunruhigt uns, daß bisher gar nichts geschehen ist in dieser Sache. Wir bestehen darauf, daß jetzt in dieser Angelegenheit etwas unternommen wird.

Was erwarten Sie, wie der andere reagieren wird?

sehr negativ 1 2 3 4 5 6 sehr positiv

13. Situation: Sie sind schon wiederholt von einem Verkäufer am Telefon belästigt worden, der Ihnen Zeitschriften verkaufen will. Er ruft Sie heute schon wieder an und will Sie erneut überreden, Illustrierte bei ihm zu bestellen.

Ihr Verhalten: Sie sagen: Das ist jetzt das dritte Mal, daß Sie mich damit belästigen, und ich habe Ihnen jedesmal gesagt, daß ich nicht daran interessiert bin, Zeitschriften zu bestellen. Falls Sie mich jetzt nochmal anrufen, sehe ich mich genötigt, das Gewerbeaufsichtsamt zu verständigen.

Was erwarten Sie, wie der andere reagieren wird?

sehr negativ 1 2 3 4 5 6 sehr positiv

14. Situation: Von oben dröhnt laute Stereomusik durch die Wände und stört Sie.

Ihr Verhalten: Sie telefonieren nach oben und sagen: Hallo, ich wohne unter Ihnen. Ihre Stereomusik ist laut und stört mich. Würden Sie es bitte etwas herunterschalten.

Was erwarten Sie, wie der andere reagieren wird?

sehr negativ 1 2 3 4 5 6 sehr positiv

5. Situation: Ein Vorgesetzter hat Sie soeben wegen Ihrer Arbeit ziemlich hart angefahren.

Ihr Verhalten: Sie antworten darauf: Ich weiß, daß einiges an Ihrer Kritik richtig ist; aber ich möchte Sie bitten, wenn Sie mir wegen Unzulänglichkeiten und Fehlern Vorhaltungen machen, nicht so persönlich zu werden.

Was erwarten Sie, wie der andere reagieren wird?

sehr negativ 1 2 3 4 5 6 sehr positiv

6. Situation: Ihnen hat der Unterricht, den der Leiter Ihres Kursus gegeben hat, sehr gut gefallen.

Ihr Verhalten: Sie sagen: Sie verstehen es, den Stoff interessant zu bringen; mir gefällt Ihre Art zu unterrichten.

Was erwarten Sie, wie der andere reagieren wird?

sehr negativ 1 2 3 4 5 6 sehr positiv

7. Situation: Ein Freund versprach, zu einer besonderen Party zu Ihnen zu kommen, und dann ist er nicht erschienen. Sie rufen ihn während der Party an und nach ein paar Minuten freundlicher Konversation sagen Sie:

Ihr Verhalten: Sie sagen: Du wolltest doch heute zu meiner Party kommen, aber Du bist nicht erschienen. Ich bin traurig, daß Du nicht da bist. Was ist mit Dir los?

Was erwarten Sie, wie der andere reagieren wird?

sehr negativ 1 2 3 4 5 6 sehr positiv

8. Situation: Als Mitglied eines Lehrerteams fällt Ihnen plötzlich auf, daß Sie im Grund völlig allein Planung, Unterricht, soziale Betreuung und Benotung der Studenten machen.

Ihr Verhalten: Sie sagen: Es wird doch eigentlich von uns erwartet, daß wir im Team arbeiten; aber soweit ich sehe, mache ich allein die Arbeit. Ich möchte gerne mit Ihnen allen dies durchsprechen, um hier etwas zu ändern.

Was erwarten Sie, wie die anderen reagieren werden?

sehr negativ 1 2 3 4 5 6 sehr positiv

9. Situation: Sie sind Lehrer und ein Schüler kommt zum drittenmal zu spät in Ihren Unterricht.

Ihr Verhalten: Sie sagen: Wenn Sie nicht pünktlich zu Beginn meines Unterrichts da sind, muß ich jedesmal Teile wiederholen, und das kostet die Klasse Extrazeit. Es stört mich, daß Sie zu spät kommen.

Was erwarten Sie, wie der andere reagieren wird?

sehr negativ 1 2 3 4 5 6 sehr positiv

20. Situation: Ihr Zehnjähriger hat Sie dreimal unterbrochen mit irgendetwas Nebensächlichem, während Sie telefonieren. Sie haben jedesmal freundlich gebeten, nicht zu unterbrechen; jetzt kommt er wieder an.

Ihr Verhalten: Sie sagen: Ich kann Dir jetzt nicht zuhören und gleichzeitig telefonieren. Ich habe noch ein paar Minuten hier am Telefon zu tun, dann können wir uns unterhalten.

Was erwarten Sie, wie der andere reagieren wird?

sehr negativ 1 2 3 4 5 6 sehr positiv

21. Situation: Gemeinsame Ferienpläne werden ganz abrupt von Ihrem Freund geändert und Ihnen das am Telefon mitgeteilt.

Ihr Verhalten: Sie antworten: Hoppla, das ist wirklich eine Überraschung für mich. Ich möchte Dich gerne später wieder anrufen, nachdem ich mir das alles durch den Kopf habe gehen lassen.

Was erwarten Sie, wie der andere reagieren wird?

sehr negativ 1 2 3 4 5 6 sehr positiv

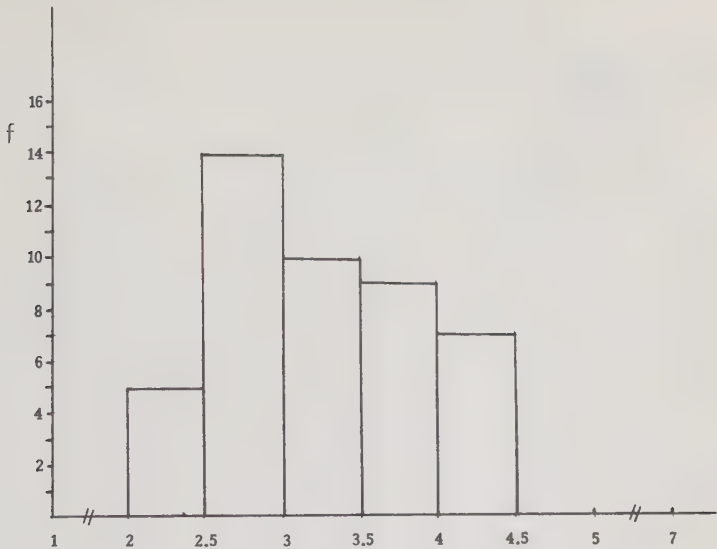


Abb. 1: SeW-Inventar: Verteilung der Itemmittelwerte.
Alle Items wurden von 1 bis 7 kodiert, wobei der Wert 1 jeweils dem selbstsicheren Merkmalspol und der Wert 7 dem selbstunsicheren Pol zugeordnet wurde.
Der Gesamtmittelwert beträgt $M = 3,25$, $s = 0,59$.

Tab. 1: SeW-Inventar: Eigenwerte der unveränderten Korrelationsmatrix, ihrer Größe nach geordnet.

15,20693
3,21127
2,68577
1,74905
1,55770
1,53695
1,35959
1,23236
1,21358
1,12239

Tab. 2: Sew-Inventar: Varianzanteile der vier Hauptachsen-Faktoren

	F 1	F 2	F 3	F 4
Varianz des Faktors	14,74	2,68	2,17	1,17
Prozent der Gesamtvarianz	32,8	5,9	4,8	2,6
Prozent der Gesamtkommunalität	70,9	12,9	10,5	5,7

Tab. 3: Sew-Inventar: Ladungen des 1. Hauptachsen-Faktors

Item	Ladung	Item	Ladung	Item	Ladung	Item	Ladung
1	.69	13	.26	25	.81	37	.58
2	.62	14	.51	26	.65	38	.40
3	.51	15	.67	27	.78	39	.13
4	.63	16	.64	28	.77	40	.68
5	.46	17	.60	29	.31	41	.61
6	.58	18	.36	30	.48	42	.53
7	.49	19	.39	31	.63	43	.64
8	.66	20	.47	32	.49	44	.68
9	.63	21	.65	33	.47	45	.09
10	.71	22	.81	34	.39		
11	.73	23	.69	35	.31		
12	.58	24	.50	36	-.39		

Tab. 4: Sew-Inventar: Varianzanteile der rotierten Faktoren

	F 1	F 2	F 3	F 4
Varianz des Faktors	6,93	5,27	4,85	3,73
Anteil an Gesamtvarianz	15,4	11,7	10,8	8,3
Anteil an Gesamtkommunalität	33,3	25,4	23,3	18,0

Tab. 5: SeW-Inventar: Faktor 1

Nr.	Item-Inhalt			Ladung a	Doppel- ladung ≥ .30 in Fa.	Kommu- nalität h ²
25	Stimme	flüssig	- stockend	.66	4	.76
28	Tonfall	bestimmt	- unschlüssig	.66	4	.68
31	Lautstärke	deutlich	- undeutlich	.66	-	.52
27	Stimme	fest	- zittrig	.64	4	.67
26	Stimme	ausdrucksreich-	ausdrucksarm	.62	3	.55
22	Stimme	dynamisch	- gehemmt	.61	3,4	.72
21	Stimme	gleichmäßig	- stotternd	.60	2	.51
20	Stimme	ruhig	- hastig	.58	2	.44
41	Inhalt	halte Konzept durch	- lasse mich aus Konzept bringen	.54	4	.51
1	Körperhalt.	entspannt	- verspannt	.52	2	.51
30	Lautstärke	dem Inhalt angepaßt	- dem Inhalt unangepaßt	.52	-	.31
2	Körperhalt.	aufrecht	- geduckt	.49	-	.41
24	Stimme	Übereinstimm. mit Inhalt	- nicht Überein- stimm. m. Inhalt	.44	3	.33

Tab. 6: SeW-Inventar: Faktor 2

Nr.	Item-Inhalt		Ladung a	Doppel- ladung ≥ .30 in Fa.	Kommu- nalität h ²
4	Distanz & Nähe	sehe Partner an - sehe vom Partner weg	.72	-	.63
8	Blickkont.	fest - flackernd	.71	-	.67
14	Hände	ruhig - unruhig	.59	1	.57
15	Hände	entspannt - verspannt	.59	1	.58
6	Blickkont.	oft - selten	.58	3	.53
16	Hände	gelassen - nervös	.55	1	.62
3	Distanz & Nähe	wende mich Partner zu - wende mich vom Partner ab	.54	-	.39
7	Blickkont.	andauernd - flüchtig	.50	-	.35
9	Blickkont.	unterstütze Inhalt mit Blicken - schaue weg, wenn ich rede	.49	1,3	.51
40	Inhalt	drücke eigene Gefühle aus - drücke keine Gefühle aus	.48	3,4	.63
38	Inhalt	keine unangebrachte Entschuldigung - zu viel Entschuldigungen	.45	-	.27
42	Inhalt	präzise Bitten- u. Forderungen - äußere zu viel Überflüssiges	.44	1	.37

Tab. 7: SeW-Inventar: Faktor 3

Nr.	Item-Inhalt			Ladung a	Doppel- ladung ≥ .30 in Fa.	Kommu- nalität h ²
11	Mimik	beweglich	- steif	.67	1	.71
18	Gestik	gestikuliere	- kein Gestikul.	.63	-	.42
17	Hände	Handbewegung als Ausdrucks- mittel	- weiß nicht, was damit tun	.61	-	.50
10	Mimik	ausdrucksreich	- ausdrucksarm	.54	1	.61
23	Stimme	betonend	- monoton	.54	1	.59
19	Gestik	varierte Arm- position	- halte Armpos. konstant	.54	-	.35
37	Inhalt	Gefühle in privaten Gesprächen	- Normen in privaten Gesprächen	.52	2,4	.50
13	Mimik	Kopfnicken als- Ausdrucksmittel	- kein Kopfnicken als Ausdrucksm.	.44	-	.21
12	Mimik	übereinstimm.- mit Inhalt	- nicht überein- stimm. m.Inhalt	.41	2	.37

Tab. 8: SeW-Inventar: Faktor 4

Nr.	Item-Inhalt			Ladung a	Doppel- ladung ≥ .30 in Fa.	Kommu- nalität h ²
33	Antworten	spreche mehr als Partner	- spreche weniger als Partner	.61	-	.46
34	Antworten	mache selten Pausen	- mache oft Pausen	.57	-	.39
44	Inhalt	offensiv	- defensiv	.51	1,2	.54
32	Antworten	längere Antworten	- kürzere Antworten	.51	-	.37
43	Inhalt	suche nicht nach Worten	- suche nach Worten	.48	1,2	.55
36	Inhalt	Gefühle in offiziellen Gesprächen	- Normen in offiziellen Gesprächen	(-).40	3	.32
5	Distanz & Nähe	suche Nähe	- suche Distanz	.39	-	.31
29	Lautstärke	laut	- leise	.39	-	.27

*Item 36 ist entsprechend der negativen
Ladung umgedreht worden.

Tab. 9: Korrigierte Trennschärfen der Items des
SeW-Inventars für die Gesamtskala

Item	$r_i(t-i)$	Item	$r_i(t-i)$	Item	$r_i(t-i)$
1	.67	16	.62	30	.47
2	.60	17	.58	31	.61
3	.50	18	.33	32	.47
4	.61	19	.37	33	.46
5	.47	20	.44	34	.39
6	.55	21	.63	35	.31
7	.47	22	.78	36	.39
8	.64	23	.66	37	.56
9	.61	24	.49	38	.38
10	.69	25	.79	40	.66
11	.70	26	.63	41	.60
12	.56	27	.75	42	.51
14	.48	28	.75	43	.63
15	.66	29	.32	44	.68

Tab. 10: Eigen- und Fremdtrennschärfen der SeW-Items
in Subskala 1

	Skala 1	Skala 2	Skala 3	Skala 4
Item	$r_i(t-i)$	r_{it}	r_{it}	r_{it}
25	.81	.60	.55	.68
28	.79	.56	.54	.62
31	.68	.45	.43	.48
27	.80	.57	.55	.60
26	.67	.44	.56	.45
22	.78	.54	.68	.65
21	.67	.55	.35	.46
20	.53	.47	.22	.18
41	.60	.50	.33	.54
1	.65	.61	.50	.47
30	.51	.39	.32	.31
2	.59	.53	.49	.39
24	.52	.30	.46	.40

Tab. 11: Eigen- und Fremdtrennschärfen der Sew-Items in Subskala 2

	Skala 2	Skala 1	Skala 3	Skala 4
Item	$r_{i(t-1)}$	r_{it}	r_{it}	r_{it}
4	.72	.48	.43	.38
8	.76	.53	.45	.35
14	.62	.48	.22	.21
15	.72	.59	.42	.40
6	.62	.42	.49	.32
16	.65	.62	.32	.40
3	.56	.39	.38	.31
7	.54	.40	.33	.26
9	.64	.51	.55	.37
40	.57	.49	.66	.55
38	.42	.36	.18	.26
42	.55	.48	.38	.26

Tab. 12: Eigen- und Fremdtrennschärfen der Sew-Items in Subskala 3

	Skala 3	Skala 1	Skala 2	Skala 4
Item	$r_{i(t-1)}$	r_{it}	r_{it}	r_{it}
11	.78	.63	.47	.58
18	.54	.25	.18	.29
17	.70	.46	.47	.44
10	.69	.65	.48	.55
23	.63	.64	.49	.50
19	.49	.28	.24	.37
37	.57	.41	.49	.46
13	.34	.17	.24	.15
12	.53	.45	.50	.43

Tab. 13: Eigen- und Fremdtrennschärfen der Sew-Items in Subskala 4

	Skala 4	Skala 1	Skala 2	Skala 3
Item	$r_{i(t-1)}$	r_{it}	r_{it}	r_{it}
33	.64	.39	.24	.43
34	.49	.38	.21	.24
44	.60	.61	.51	.55
32	.58	.43	.26	.44
43	.51	.64	.51	.37
36	.40	.28	.27	.43
5	.46	.34	.39	.41
29	.46	.34	.08	.29

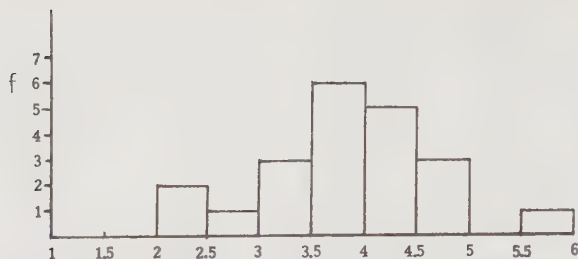


Abb. 2: FKE-Fragebogen: Verteilung der Itemmitttelwerte.
Der Gesamtmittelwert beträgt $M = 3,77$, $s = 0,85$.

Tab. 14: FKE-Fragebogen: Eigenwerte der Korrelationsmatrix

4,76784
1,64278
1,42031
1,26916
1,17382
1,10845
1,01490

Tab. 15: FKE-Fragebogen: Itemladungen auf dem 1. Hauptachsen-Faktor

Item	Ladung	Item	Ladung	Item	Ladung	Item	Ladung
1	.43	7	.61	13	.14	19	.54
2	.15	8	.57	14	.44	20	.41
3	.52	9	.46	15	.40	21	.42
4	.59	10	.20	16	.23		
5	.36	11	.51	17	.50		
6	.52	12	.36	18	.39		

Tab. 16: FKE-Fragebogen: Korrigierte Trennschärfen der Items

Item	$r_i(t-i)$	Item	$r_i(t-i)$	Item	$r_i(t-i)$
1	.38	8	.50	17	.46
3	.45	9	.41	18	.37
4	.53	11	.47	19	.49
5	.31	12	.32	20	.39
6	.47	14	.41	21	.39
7	.56	15	.35		

Tab. 17: Korrelationen zwischen den Faktoren des U-Fragebogens und den Maßen der kognitiven Prozesse innerhalb der Selbstunsicheren-Gruppe

	U-1 Fehlschlag u. Kritik- angst	U-2 Kontakt angst	U-3 Fordern können	U-4 Nicht-nein sagen können
SeW-FW Skalen (Differenz zw. Selbst- u. Fremdwahrn.)				
G Selbstunsich. Verhalten	.21	.38 ^x	-.31 ^x	.08
1 Paraling. Unbeholfenheit	.35 ^x	.25	-.28	.36 ^x
2 Nonverbale Abwehr	.08	.14	-.13	-.09
3 Nonverbale Steifheit	-.01	.39 ^x	-.19	-.11
4 Verbale Zurückgezogenh.	.19	.35 ^x	-.43 ^{xx}	.06
SeW-AN Skalen (Differenz zw. Selbstwahrn. u. Anspruch)				
G Selbstunsich. Verhalten	.41 ^{xx}	-.10	-.37 ^x	.25
1 Paraling. Unbeholfenheit	.45 ^{xx}	-.11	-.25	.27
2 Nonverbale Abwehr	.32 ^x	-.06	-.32 ^x	.02
3 Nonverbale Steifheit	.05	.12	-.32 ^x	.13
4 Verbale Zurückgezogenh.	.38 ^x	-.04	-.27	.36 ^x
MEPS RM Relevante Mittel	.03	.14	-.36 ^x	.17
IM+NM Irrel.+keine Mittel	.03	-.29	.37 ^x	-.15
RR Relevanz-Quotient	.05	.26	-.40 ^{xx}	.19
FKE Posit. Kons.-Erwart.	-.27	-.35 ^x	.32 ^x	-.19
IPKS-3 Selbstermutigung	-.03	-.28	.33 ^x	.00
IPKS-4 Selbstentmutigung	.42 ^{xx}	.07	-.11	.20
FEIK I ⁺ Intern. b. Erfolg	-.13	-.34 ^x	.15	-.04
I ⁻ Internal. b. Mißerfolg	-.05	.04	.03	-.19
IPKS-1 Selbstzufriedenh.	-.22	-.30 ^x	.46 ^{xx}	-.02
IPKS-2 Selbstunzufried.	.19	-.10	.04	.00

Signifikanz: x: p=0,05
xx: p=0,01

Tab. 18: Korrelationen zwischen den Faktoren des U-Fragebogens und den Maßen der kognitiven Prozesse innerhalb der Selbstsicheren-Gruppe

	U-1 Fehl Schlag u. Kritik- angst	U-2 Kontakt angst	U-3 Fordern können	U-4 Nicht-nein sagen können
SeW-FW Skalen (Differenz zw. Selbst- u. Fremdwahrn.)				
G Selbstunsich. Verhalten	.14	.32 ^x	-.25	.01
1 Paraling. Unbeholfenheit	.29 ^x	.32 ^x	-.34 ^x	.14
2 Nonverbale Abwehr	.03	.22	-.11	-.22
3 Nonverbale Steifheit	.12	.27	-.06	.20
4 Verbale Zurückgezogenh.	-.05	.05	-.06	.08
SeW-AN Skalen (Differenz zw. Selbstwahrn. u. Anspruch)				
G Selbstunsich. Verhalten	.53 ^{xxx}	.52 ^{xxx}	-.09	.21
1 Paraling. Unbeholfenheit	.42 ^{xx}	.35 ^x	-.07	.11
2 Nonverbale Abwehr	.51 ^{xxx}	.53 ^{xxx}	-.12	.22
3 Nonverbale Steifheit	.35 ^x	.44 ^{xx}	-.22	.03
4 Verbale Zurückgezogenh.	.36 ^x	.27	.15	.23
MEPS RM Relevante Mittel	.02	.09	-.01	.05
IM+NM Irrel.+keine Mittel	-.02	-.06	-.15	-.10
RR Relevanz-Quotient	.02	.08	.08	.08
FKE Posit. Kons.-Erwart.	-.06	-.22	.26	-.13
IPKS-3 Selbstermutigung	-.01	-.23	.37 ^x	-.13
IPKS-4 Selbstentmutigung	.29 ^x	.35 ^x	.09	.24
FEIK I ⁺ Intern. b.Erfolg	-.23	-.16	-.22	-.03
I ⁻ Internal. b.Mißerfolg	.37 ^x	.17	-.04	.01
IPKS-1 Selbstzufriedenh.	-.17	.03	.28	-.29 ^x
IPKS-2 Selbstunzufriedenh.	.22	.36 ^x	.07	.12

Signifikanz: x: p=0,05
 xx: p=0,01
 xxx: p=0,001

LEBENS LAUF

Am 3. 11. 1952 wurde ich als Sohn des Postamtsrats Ernst Borgart und seiner Ehefrau Magdalene, geb. Mühlenmeier, in Hillentrup, jetzt Dörentrup, geboren.

Im Jahre 1959 wurde ich in die Volksschule in Hillentrup eingeschult. Im Frühjahr 1963 wechselte ich zum Engelbert-Kämpfer-Gymnasium in Lemgo über und besuchte den neusprachlichen Zweig. Im Mai 1971 legte ich dort die Reifeprüfung ab.

Im Wintersemester 1971/72 begann ich an der Westfälischen Wilhelms-Universität in Münster das Studium der Psychologie.

Im Wintersemester 1972/73 und Sommersemester 1973 wurde ich beurlaubt, um meinen Zivildienst abzuleisten.

Im Juli 1974 legte ich die Diplom-Vorprüfung für Psychologen ab.

Von Mai 1976 bis Oktober 1977 arbeitete ich als studentische Hilfskraft am Psychologischen Institut.

Im Oktober 1977 legte ich die Diplom-Hauptprüfung für Psychologen ab.

Vom 1. 11. 1977 bis zum 30. 11. 1979 arbeitete ich als wissenschaftliche Hilfskraft in der Klinischen Abteilung des Psychologischen Institutes Münster.

Seit dem 1. 12. 1979 arbeite ich als Verwalter der Stelle eines wissenschaftlichen Assistenten in der Klinischen Abteilung des Psychologischen Institutes der Universität Münster (Direktoren: Prof. Dr. Lilly Kemmler und Prof. Dr. Hanko Bommert).







